PATAÑJALI'S YOGA SUTRAS

med de klassiske kommentarer

DE MNEMONISKE REGLER KALDET YOGA SUTRAS
DEN ÆLDGAMLE HINDU-DOKTRIN OM SINDETS KONCENTRATION

OVERSAT AF G. RAMAN

KOMMENTARERNE STØTTER SIG TIL DE
KLASSISKE KOMMENTARER:
RÁJAMÁRTANDA AF BHOJA RÁJÁ OG
YOGA-BHÁSHYA TILSKREVET VEDA-VYÁSA SAMT
FORKLARINGERNE TIL SIDSTNÆVNTE
TATTVA-VÁICÁRADÎ AF VÁCHASPATI-MICRA

KØBENHAVN 1968

OVERSÆTTELSER, SAMMENFATNING, SKEMATISKE
OVERSIGTER, ANMÆRKNINGER
SAMT HOVEDPART AF FORORD: G. RAMAN

REDAKTION, ORDLISTER OG OMSLAGSNOTER SAMT
TYPOGRAFI OG OMSLAG: OVE SPÄTH

DEN DANSKE OVERSÆTTELSE AF ‚PATAÑJALI'S YOGA SUTRAS'
BLEV OPRINDELIGT UDFØRT FOR RAMAN'S YOGA-INSTITUT,
MEN ER MED DENNE AFSLUTTENDE BEARBEJDELSE OG TILLÆG
DEN FØRSTE OFFENTLIGE UDGAVE, DA DE TIDLIGERE OG
BEGRÆNSEDE STUDIEUDGIVELSER IKKE MÅTTE FORHANDLES

1. OPLAG SOM OFFENTLIG UDGAVE I KOMMISSION
HOS: STRUBE'S FORLAG

SATS: 10 PKT. LINOTYPE TIMES

TRYK: JOHS. G. NIELSEN & CO., KØBENHAVN

PRINTED IN DENMARK 1968

INDHOLDSFORTEGNELSE

FORORD

OM KILDESKRIFTETS BAGGRUND
– INTRODUKTION

Hermed forklares yoga gennem *Patañjali's Yoga Sutras* – for første gang på dansk og med undtagelse af engelsk for første gang på noget andet europæisk sprog i det hele taget. – Det synes endda ret besynderligt, at kendskabet til denne systematisk udarbejdede analyse om forhold vedrørende sindets koncentration – ikke langt tidligere har udbredt sig i vesterlandene, fordi læren om koncentration anvendes mere eller mindre fuldkomment på mangfoldige områder i livet. – Rent bortset fra at koncentration som begreb er indgået i alle folkeslags bevidsthed som noget betydningsfuldt, der i sig selv indebærer den største udnyttelse og dygtiggørelse, – vil koncentration også kunne medføre den ro og harmoni i sindet, der er et menneskes forudsætning for dyb glæde og lykke.
At systemet har været benyttet gennem mange tusinde år (og undervejs færdigetableret i sin nuværende form allerede et par hundrede år før Kristi fødsel), – kan tages som et bevis for systemets praktiske anvendelighed. Man kan måske indvende, at anvendt koncentration i sig selv – ikke er afhængig af nogen udformet lære eller doktrin, idet koncentration sikkert opfattes af enhver som en naturlig og selvfølgelig indre proces i sindet; men det er dog samtidig en given sag, at et kendskab til processen vil gøre denne mere effektiv og rationel. Dog vil der her være så mange faldgruber og vildspor, at det må erkendes, at sindet næsten er et fuldstændigt ukendt område, – og mange forgæves anstrengelser kunne have været sparet ved et nærmere kendskab hertil.
Derfor må Patañjali's Yoga Sutras påskønnes for deres uoverskuelige store værdi som et afmærket kort over sindets „terra incognita", idet der i dem er samlet og systematiseret alle praktiske metoder som i virkeligheden dækker enhver form for selvrealisation, der har spirituel udvikling til frigørelse som mål. Metoderne udmunder i læren om sindets koncentration eller med andre ord – begrebet meditation.
For så vidt mere end foregriber det 2000-årige, fastlagte system den moderne parapsykologi og ikke mindst den hidtidige psykologi og psykoanalyse.

I *Veda*'erne, der er Indiens ældgamle religiøse litteratur og overhovedet de ældste skrifter på noget indoeuropæisk sprog nemlig en tidlig form af det forlængst uddøde sanskritsprog, – findes kimen til *Yoga,* hvad der især kommer frem senere hen i de vediske skrifters sidste part – de såkaldte *Upanishad*'er. Veda betyder viden, en viden der blev nedskrevet ved alfabetets indførelse for ca. 3000 år siden, mens indholdet i virkeligheden strækker sig temmelig langt tilbage i forhistorien. De ældste Veda'er er hymner, ritualer og offersange, mens de senere Upanishad'er, *Vedānta* (bet. Veda's afsluttende værker), – gradvis åbenbarer hinduismens filosofi. Yoga anvises også i *Mahābārata,* Indiens klassiske kæmpe-epos, – og specielt i den berømte Bhagavad Gitā, som er nogle særlige kapitler, nemlig 6. bog af det uhyre værk på 100.000 vers (over otte gange Odysseen og Iliaden tilsammen), mens 12. og 13. bog bl. a. behandler moksha dharma – udfrielsens „lov".
Men først ved udløbere af Upanishad'erne, i en af de såkaldte *Dharsanas,* der ialt udgør de seks klassiske filosofisystemer i hinduismen, – optræder Yoga som system, og yderligere – da i forbindelse med den første Dharsana, *Sāmkhya* (– navnet betyder opremsning og antyder systematikken). – Således talte man da om Sāmkhya-Yoga, skønt der er tale om to forskellige Dharsanas. Yoga anvender nemlig Sāmkhya-filosofiens kosmologi, og man siger i Indien: „Der er ingen viden som Sāmkhya, og der er intet rationelt system som Yoga". Med andre ord, samtlige Dharsanas bygger mere eller mindre på den gamle Sāmkhya-filosofis kosmologi, og alle erkender de og anvender Yogas rationelle system for praktisk udøvelse. Sāmkya menes sat i system af *Kapila* for ca. 3000 år siden, mens Yoga etableredes i sit endelige system af *Patañjali* i *Yoga Sutras* for 2300 år siden.
Sutra'erne er udtrykt i en mnemonisk (hukommelsesstøttende), aforistisk versform, hvori megen dyb visdom er nedlagt, men på en så kortfattet og koncentreret måde, at disse sutra'er senere måtte tilføjes kommentarer af hensyn til en mere almen forståelse.

At Yoga fremtræder som et fuldt udarbejdet system i disse sutras – betyder i virkeligheden at rhsi'en Patañjali lod det samle, færdigforme og nedfælde i skrift. Både før den tid og over 2000 år efter forblev Yoga-teknikken alligevel hemmeligholdt for at undgå fejlbrug, *da selvstudium ikke er tilstrækkeligt*. Kun ad mundtlig vej fra guru (spirituel lærer) til chela (discipel) – blev Yoga overleveret, ligesom det også var normal fremgangsmåde ved de øvrige kanoniske skrifter f. eks. Upanishad'erne, hvor navnet direkte betyder „sidde ved“, d.v.s. en overlevering til eleven, som sidder ved lærerens fødder; – ligesom buddhismen, der også grunder sig på Yogas teknik og praksis, – kalder sine ældste skrifter for *Tripitaka* – de tre kurve, sådanne kurve til transport af vægtigt indhold, der kunne rækkes videre fra hånd til hånd. Men *Sutra* betyder tråd – både den der samler de beskrevne palmebladsstykker – og systemet, altså „en samling“ af læresætninger.
Yoga-systemet er en erfaring og viden, der har været kendt af mennesket uendeligt langt tilbage i tiden. I Indus-dalen er f. eks. fundet ca. 6000 år gamle segl, hvis relieffer viser mennesker siddende i korrekt meditationsstilling, og det (med andre fund) betyder, at længe før Indus-kulturen – var meditation sat i system.
Hatha-Yoga tager sigte på at standse alt, hvad der udefra forhindrer meditationen, nemlig ved en „binding“ af kroppens, sansernes og tankernes uvedkommende aktivitet – gennem Yoga-systemets åndedrætskontrol og positurer. *Rãja-Yogas* formål er derimod den videre, fuldstændige beherskelse og kontrol over sindet. Dog har man undertiden påstået, at Patañjali's Yoga Sutras, der ligger til grund for Rãja-Yoga, – ikke har nogen forbindelse med Yoga's fysiologiske discipliner. Men man kan vel nok med rimelighed gå ud fra, at disse discipliner var en så selvfølgelig og elementær forudsætning, at de ikke så absolut var en omtale værd. Desuden er den særegne sutra-form af en sådan beskaffenhed, at den dårligt synes at kunne rumme de rent praktiske, fysiologiske øvelser. I *Purãnam (-akhyanam)*, „gammel afhandling“ findes ydermere

anvisninger på både meditationsstillinger og særlige åndedræt, og Purãna-skrifterne menes – især *Kurma Purãna* – at danne et af hovedgrundlagene for Patañjali's Yoga Sutras, – som igen og endeligt er al yogas kilde, originaltekst og højeste instans.

Det anvendte materiale ved oversættelsen er mangfoldigt, men oversættelsesarbejdet har imidlertid været konfereret med kommentarer af de største sanskritforskere (både hinduer og europæere), og i påkommende tilfælde er oversættelsen væsentlig støttet på sådanne kommentarer, der traditionelt har ført til „illumination", d. v. s. selvrealisation.

Blandt disse forskeres arbejde skal især nævnes *Rájendrálála Mitra:* „Yoga Aphorisms of Patañjali", (Cambridge 1883), der er den første fuldstændige oversættelse fra sanskrit til engelsk, – samt *James Haughton Woods:* „The Yoga-System of Patañjali", (Cambridge, Harv. Univ. 1914 og 1927).

Kommentarerne støtter sig til de klassiske kommentarer: „Rájamártanda" af *Bhoja Rajá (Bhojadeva),* – „Yoga Bháshya" tilskrevet *Veda-Vyása* samt forklaringerne til sidstnævnte, nemlig „Tattva-Váicáradí" af *Váchaspati-Micra.*

Hvor der i visse tilfælde kan være tvivlsspørgsmål mellem kommentatorerne, er de modstridende kommentarer her anført summarisk samt tilføjet en konklusion udfra egne erfaringer.

Med hensyn til selve Patañjali's Yoga Sutras har det ved oversættelsen syntes for risikabelt at turde foretage nogen eventuel form for „transskription", da disse sutra'er ikke indeholder nogen form for ritus eller anden dunkelhed. Men den specielle aforismeform er så summarisk og koncis, at den som nævnt har nødvendiggjort en enorm kommentarlitteratur, – og det er her, at den dunkle tale ofte lader sig høre. Til undgåelse af sådanne punkter – endog med eventuelle udslag af billig „mystik", – og da det *ikke* drejer sig om et filologisk værk, – er i så fald Vyása's kommentar blevet foretrukken.

En vanskelighed ved oversættelsen ligger i, at det næsten er praktisk ugørligt at finde ord, der tilnærmelsesvis dækker

de begreber, som er udtrykt i sanskritteksten. Det synes f. eks. endnu ikke at være lykkedes fuldstændigt for nogen oversætter til engelsk. Årsagen er, at sanskrit især i denne forbindelse har en nuancering, der langt overstiger noget kendt sprogs, for hinduernes filosofiske systemer manøvrerer med begreber på det metafysiske område, som ikke i så høj grad er kendt og udviklet i andre filosofier, og som derfor selvsagt ikke har avlet ord, der kan dække disse begreber. Alligevel er engelsk tilsyneladende det vesterlandske sprog, som kommer nærmest, – ofte hvor der er tale om angelsaksiske ord, der er indgået i den filosofiske terminologi som internationale fremmedord. Det bliver straks vanskeligere, når det drejer sig om oversættelse til dansk. Her anses oversættelse kun for mulig, når disse vedtagne fremmedord anvendes. Heldigvis synes de fleste af disse at være optaget som danske fremmedord (jfr. „Retskrivningsordbog“ udgivet af *Dansk Sprognævn,* 1955).

Derfor er der i denne oversættelse fortrinsvis anvendt fremmedord, som er kendt i almindelig filosofisk litteratur, – altså oftest sådanne ord betegnet som danske fremmedord, der er tilgængelige for enhver. Hvor der har været ment, at intet ord fuldstændigt kunne dække et begreb, – er det originale sankritord anvendt, men da med den tilnærmelsesvise oversættelse og forklaring.

For at undgå et vidtløftigt noteapparat vil forklaringer indgå i den løbende tekst, hvor de hører hjemme. Af samme hensyn vil den tilnærmelsesvise oversættelse af et sanskritord som nævnt følge dette i parentes eller i nogen tilfælde omvendt, hvor sanskritordet for en sikkerheds skyld er parentetisk tilføjet.

Visse almengyldige sankritord, der til stadighed vil forekomme i teksten, vil dog ofte efter den første oversættelse stå alene. Til bl. a. disse tilfælde vil der bag i bogen være vedføjet en ordliste. For yderligere at lette oversigten afsluttes sutra-teksterne med et analytisk gruppe-resume.

G. Raman

I BOG

KONCENTRATION

– ELLER SAMĀDHI

1 **Hermed forklares yoga. – yogãnus ãsanam nãma sãstram. (sanskrittekst).**
Hermed menes en definition af begrebet koncentration, der kan siges at være identisk med yoga. Koncentration er en tilstand i sindet (chitta'et).

2 **Yoga er kontrol over sindets fluktuationer.**
Sindets fluktuationer (vrtti) er bølger eller hvirvler, der rejses i sindet. Standsning af disse er koncentration.

3 **Da er selvet hvilende i sigselv.**
Under koncentrationen er selvet (atma) hvilende i sit eget – sig-selv.

4 **Ellers identificerer selvet sig med sindets fluktuationer.**
Til andre tider (end under koncentrationen) identificerer selvet sig med sindets fluktuationer, nemlig ved egoet, jeget (ahamkara – jivatma).

5 **Der er fem arter af fluktuationer, hæmmede eller ikke-hæmmede.**
De hæmmede fluktuationer, der opstår af (som) underbevidste impressioner, grunder sig på uvidenhed (avidya) og er latent-karmiske, disponerede eller indebærende en virkning; de ikke-hæmmede har skelnende evne (vidya).

6 **Rigtig opfattelse, misforståelse, indbildning, søvn og erindring.**
Er samtlige modifikationer, sindets fluktuationer kan undergå.

7 **Rigtig opfattelse er iagttagelse, slutning og vidnesbyrd.**
Man iagttager, slutter fra en eventuel tidligere iagttagelse, og til bevis tjener vidnesbyrd, der er indisputable, f. eks. fra en autoritet.

8 **Misforståelse er opfattelse, der ikke svarer til det iagttagne.**
For eksempel, hvis man antager alt det for guld, der glimrer.

9 **Indbildning følger ord uden korresponderende virkelighed.**
For eksempel, hvis man antager det Røde Hav for rødt.

10 **Søvn er en fluktuation, der som objekt har opfattelse af tomhed.**
Tilstanden må opfattes på samme måde, som man opfatter rummet (tomhed). Iøvrigt erindres søvn, om den var let eller tung, god eller dårlig, etc.

11 **Erindring er bevarelse af det obfattede objekt uden tilføjelse.**
Nemlig da både objektet, der genkaldes, såvel som processen at opfatte, erindres, kan det, når det danner form i bevidstheden, rejse korresponderende underbevidste impressioner. I drømme er erindring forestillet.

12 **De kontrolleres ved øvelse og ikke-identifikation.**
Sindets tænkende substans (buddhi sattva) kan strømme i to retninger: mod indsigt og isolation eller frigørelse (kaivalya), hvilket er godt; eller mod ignorance og eksistensens malstrøm (samsara), hvilket er ondt.

13 **Øvelse er gentagen anstrengelse for standsning af fluktuationerne.**
Det gentagne er en meget vigtig faktor i al træning i koncentration.

14 **Stabilitet opnås ved lang, konstant anstrengelse og alvorligt forsæt.**
Foruden det gentagne, er den konstante og indtrængende ildhu nødvendig for at opnå den urokkelige sikkerhed, der betegnes stabilitet.

15 **Ikke-identifikation opnås ved opgivelse af tørsten efter sanselige objekter.**
Ikke-identifikation er lidenskabsløs iagttagelse af, hvad man

oplever, ser, hører, føler etc., endog det, man forestiller sig, f. eks. med hensyn til „himlen" og diskarneret (ulegemlig) tilstand.

16 **Denne er højst, når selvet også opgiver forestillingen om kvalitet.**
Med „kvalitet" menes, om tingene er det ene eller det andet: godt/ondt, sødt/surt, vellystigt/smerteligt etc., som er betinget af forestillingen.

17 **Koncentration er bevidsthed om objektet under form af ræsonnement, reflektion, lykkefølelse eller selverkendelse.**
Der er her tale om fire former for koncentration med bevidst objekt, hvor ræsonnement har materielle og reflektion subtile objekter; lykkefølelse; og selverkendelse, hvor samadhi-tilstanden (meditativ absorption) er nået i den form, der kaldes samprajnata-samadhi, hvilket vil sige, at personligheden (egoet – jeget) er nedsænket i den individuelle ånd (selvet – atma). Materielle objekter tilhører de grove elementer (mahabhutas), subtile de fine elementer (tanmatras). Mahabhutas/tanmatras fortsættes i følgende orden, som korresponderer med de sanser (indriyas), både de sensoriske (jnanendriyas) og de motoriske (karmendriyas), der opfatter dem:

Objekter		Indriyas + –	
mahabhutas (*groft*) + –	*tanmatras* (*subtilt*) + +	*sensorisk*	*motorisk*
æter (rum)	lyd (vibration)	høre	tale (sang)
luft (gasformigt)	følelse (fornemmelse)	føle (sans)	gribe (evne)
ild (lys-varme)	farve (ikke pigment)	se	gå (aktiv)
vand (flydende)	smag (flaveur)	smage	afsondring
jord (fast substans)	lugt (odeur)	lugte	forplantning

Disse 20 principper udgør sammen med de følgende 5 sãmkhya/yoga filosofiens 25 kategorier i dens kosmologi eller kosmiske skabelsesproces: 1. purusha (kosmisk ånd) – –, 2. prakriti (kosmisk substans) – +, 3. mahat (tattva) (kosmisk intelligens) + +, 4. ahamkara (individuelt princip) + +, og 5. manas (kosmisk sind) + –. Tegnene + og – angiver I) om *skabt* +, eller *ikke skabt* –, II) om *skabende* +, eller *ikke skabende* –. For eksempel er purusha – – uskabt og ikke skabende, og prakriti – + uskabt, men skabende. Prakriti (kosmisk substans eller naturen) er nemlig den evige uskabte ånds aktive side. Hvorimod den er skabende, da alt i den manifesterede verden udgår fra den. Af elementerne er kun de subtile (tanmatras) skabende, nemlig skabende de grove elementer (mahabhutas), som nok er skabte, men ikke selv kan skabe. De subtile sanser (indriyas), der er årsag til de grove (fysiske), er skabte, men ikke skabende; de er opstået samtidig med og begrundet af det subtile element; de grove elementer og de grove sanser er „samtidige".

18 **En anden tilstand af koncentration, hvor objektet ikke er bevidst, består af kun underbevidste impressioner, da objektet er opslugt, og følger standsning af mental aktivitet.**
Denne tilstand af koncentration, hvor objektet ikke er bevidst, kaldes asamprajnata-samadhi, og er den højeste, men den har igen to former: forårsaget af ydre årsager (m/ sæd), og ikke-forårsaget af ydre årsager (u/ sæd eller sædløs), der er den højeste.

19 **Koncentration uden bevidst objekt, forårsaget af ydre årsager, er den tilstand, i hvilken diskarnerede og de, hvis legemer er opslugt af det primære stof, er.**
Med diskarnerede (ulegemlige) menes her devas og devis (guder og gudinder), der i denne tilstand opnår en quasi-isolation (skin-frigørelse), da deres chitta kun næres af dets egne underbevidste impressioner, indtil virkningen af disse er frigjort. (Med devas/devis menes „De strålende", da selv

tilstanden i deres skin-himmel medfører at åndslyset (sattva'et) forlener dem med et sådant lys). Ligeledes vil de, hvis legemer er opslugt af det primære stof (prakrti) – nemlig ved døden – opleve en tilstand af skin-frigørelse og skin-tilværelse, men de vil atter inkarnere under presset af chittaets ufuldførte karma, hvilket vil sige årsagernes virkninger.

20 **Koncentration uden bevidst objekt, som bygger på tro, ildhu, omtanke, koncentration og indsigt, er den, yogierne opnår.**
Denne form for koncentration eller samadhi, hvor objektet ikke er bevidst, opnås udelukkende af yogier ved spirituelle midler. Tro er den mentale billigelse af koncentration. For den, der tror og sætter indsigt foran sig som et mål, opnår ildhu. Heraf opstår kontemplation (dhyana), hvorved sindet bliver selvbevidst og koncentreret, og hvorved endelig den skelnende indsigt opnås, der opfatter ting, som de virkelig er (i modsætning til illusoriske). Gennem denne praksis og ved ikke-identifikation opnås koncentrationen, hvor objektet ikke er bevidst, og ikke forårsaget af ydre årsager, og derfor sædløs.

21 **Koncentration opnås hurtigt ved intensiv ildhu.**
Gennem koncentration med bevidst objekt opnås koncentration uden bevidst objekt, og gennem denne isolation, illumination eller samadhi. Der er imidlertid flere grader, hvoraf den med intensiv ildhu er den hurtigste.

22 **Koncentrationen kan være mild, moderat eller intensiv.**
Som er en gradvis stigen i styrke, og hvoraf den sidste er den højeste.

23 **Eller koncentration opnås ved hengivelse til Isvara.**
Med hengivelse til Isvara (Gud) menes opgivelse af den med egoet forbundne eller personlige interesse.

24 **Isvara, der er uberørt af lidelse eller lyst, resultater af begær og handling, er et specielt selv.**

Lidelse og lyst, som er resultatet af begær eller handling, er karma, der ligger i sindet (chitta) som latente aflejringer (latent-deposit'er) og opstår som underbevidste impressioner. Selvet (atman) identificerer sig gennem sit spejlbillede, egoet (ahamkara), med lidelse/lyst, – Isvara som må forstås som den højeste ånd, derimod ikke.

25 **I Isvara er alvisdommens kim uendelig.**
Enhver viden eller lærdom har sine grænser i sig selv, eftersom der altid kan tænkes noget udenfor. Ethvert menneskes viden kan derfor højest være et brudstykke af en helhed, – men selv sammensat med andre brudstykker, kan den aldrig blive en absolut helhed, da de er adskilte af tidsintervaller. Isvaras visdom er helheden, da den i sin uendelighed ikke er undergivet tidsintervallerne, og mennesket kun en kim, hvori helheden ligger latent.

26 **Uhæmmet af tid, var Isvara også guru for de ældste lærere.**
I ethvert menneske ligger kimen med den latente visdom, som kun kan vækkes af lærere. Men selv disses viden var (er) begrænset af tid og derfor også kun brudstykker, hvorimod ikke Isvaras, der derfor er adepters og selv de ældste rshiers (seere) guru (spirituel lærer) og uendelig.

27 **Isvara manifesterer i pranava: ॐ**
Pranava (også: omkara), det mystiske ord-mantra *om* (udtales a-u-m!) udtrykker Isvara. (Det kristne amen og muhamedanske amin er sikkert synonymer, der for præsterne har mistet betydning, men nu nærmest opfattes som afslutningen på en bøn i betydning: Åh, hør vor bøn! eller lignende. Ligeledes er det identisk med ordet i „Først var ordet, og ordet var hos Gud, og Gud var ordet"). Enhver tanke har sin genpart i ord: tanken er den indre part og ordet den ydre. Ordet er ikke konstrueret af mennesker, men er en ydre manifestation af tanken. Med andre ord eksisterer der en permanent relation mellem tanken og det vibratoriske i ordet, der er et lyd-

symbol. Nu kan tanken i de forskellige tidsaldre og lokaliteter skifte ord, f. eks. i sprog, men den vibratoriske relation forbliver permanent. Der må være en generalisation, et substratum eller en modervibration, hvorfra alle vibrationer kan tænkes at udgå. ॐ a-u m! er denne modervibration. A er rodlyden, der berører hverken tunge, gane eller læber. U ruller gennem hele mundens lydapparat fra roden til læberne. Og endelig repræsenterer M den sidste lyd ved de lukkede læber. A-U-M! spænder således over hele det lydproducerende apparat, og er så at sige den matrice, hvori enhver vibration eller lyd er støbt. På baggrund af, at stof/form i sit inderste er bevægelse (vibration = energi), forstås betydning af *om* som helheden, der i sig indeslutter den temporære værens begyndelse og afslutning.

28 **Repetition af det og reflektion på dets mening anvises.**
Ved repetition (gentagelse) og meditation på pranava (om) ensrettes sindets fluktationer og sindet opnår derved den koncentration, der fører til asamprajnata-samadhi. Gentagelsen (både vokalt og mentalt) og med samtidig reflektion på meningen, vil lede sindet i den rigtige retning. Og den „molekylære vibration" i sindet frembringer sattva (ånd – intelligens) og fortrænger tamas (inerti – materien), hvilket er ensbetydende med, at den latente visdomskim modnes, – vor brudstykke-viden ophører sin tidsbegrænsede tilværelse og stræber mod uendeligheden.

29 **Herved opnås evne for introspektion og fjernelse af hindringer.**
Introspektion er selvbeskuelse, -analyse og -erkendelse, som er rigtig. Hvad hindringer er, følger.

30 **Sygdom, sløvsind, tvivl, ligegyldighed, træghed, verdslighed, fejlagtig opfattelse, mangel på koncentrationsevne og mangel på stabilitet, er hindringer.**
Der er således ni arter af hindringer, der altid forekommer sammen med fluktuationerne, men ikke hvor disse er standsede.

31 **Smerte, depression, legemlig uligevægt og uregelmæssigt åndedræt følger disse hindringer.**
Smerte påtvinger selvet sig ved identifikation med begær og handling. Depression, håbløshed og fortvivlelse grunder sig på utilfredsstillet begær: sanseligt, forfængeligt, ærgerrigt etc. Legemlig uligevægt og uregelmæssigt åndedræt grunder sig ligeledes på foranstående. Åndedrættets ind- og udånding er samarbejdende med koncentrationen, men da dets veje er modsat hinanden, vil der blive en afbrydelse i koncentrationens kontinuitet, – kun under retentionen (standsning af åndedrættet) er koncentrationen kontinuerlig og uafbrudt. Men ellers vil et regelmæssigt åndedræt, ikke for dybt, afhængende af en ubevægelig, afspændt meditationsstilling, trods afbrydelsen skabe en rytmisk proces, der i sindet er ensbetydende med dybde, harmoni og stabilitet.

32 **De elimineres ved ensrettet praktiseren.**
Og der er to metoder, idet lidenskabsløshed (ikke-identifikation) forudsættes kooprerende med praktiseren i koncentration. Ensrettet praktiseren er rettet mod Isvara, da det omhandlede er Isvara/pranava.

33 **Medfølende venlighed for lykke, medlidende for lidelse, glæde for det gode og indifference for det onde – giver sindet stabilitet.**
Der er her tale om medleven med alt levende, der er lykkeligt eller lidende, og en positiv indstilling til det gode, men nevtralitet i forholdet til det onde. Herved skabes den hvide kvalitet af karma, der korresponderer med sattva (ånd) og eliminerer rajas- og tamas-kvaliteterne, og hvorved sindets fluktuationer stilner af.

34 **Eller ved udånding og tilbageholdelse af åndedrættet.**
Eller angiver, at der nu er et valg. Med åndedrættet menes prana, og med tilbageholdelse af kontrol med samme (pranayama). Prana er ikke identisk med åndedrættet, skønt

de synes synonyme, men kontrolleres gennem dette, – og da prana er den totale form for al energi, og hermed også sansernes og sindets, vil kontrol eller standsning af åndedrættet altså være ensbetydende med henholdsvis kontrol eller standsning af disses aktivitet.

35 **Eller ved koncentration med ekstraordinær sanseperception.**
Koncentration med ekstraordinær sanseperception opnås ved koncentration på næsetippen, som fremkaldet lugt (duft) og korresponderer med elementet jord; – på tungespidsen, smag, elementet vand; – på ganen, synsfornemmelse, elementet ild; – på midten af tungen, følelse v/ berøring, elementet luft; – på tungeroden, lyd, elementet æter. Alle perceptionerne opstår af det subtile element (tanmatras) og fremkommer ved at man forestiller (erindrer) sig f. eks. en roses duft, hvorved det mentale billede fremkalder den korresponderende tanmatras. Synsperceptionen er som oftest forbundet med synet af siddhas, det vil sige „de fuldkomne", yogier, der har nået „den fuldkomne tilstand", – og i deres „himmel".

36 **Eller ved koncentration på det indre lys.**
Det indre lys er sindets sattva-indhold (ånd), der bringes til bestråling af hjerte-lotus'en under koncentration og tilbageholdelse af åndedrættet.

37 **Eller ved koncentration på et passionsløst objekt.**
Et passionsløst objekt er hjertet af en personlighed, der har opgivet al passion og dermed er hellig eller guddommelig.

38 **Eller ved koncentration på en perception fra en drøm.**
Perception fra en drøm er af sattva-kvalitet, da (hvis) den ikke er opstået af sanserne, hvorved den ville være af rajas- og tamas-kvalitet.

39 **Eller ved koncentration på et hvilket som helst objekt.**
Med et hvilket som helst objekt menes selvfølgelig et egnet,

men valget er frit, da det eneste, der tilsigtes, er at sindet opnår stabilitet.

40 **Yogien opnår herved uhindret evne for koncentration strækkende sig fra det mest subtile til det uendelige.**
Med det mest subtile menes atomet, og med det uendelige menes, at den opnåede stabilitet giver yogien uindskrænket mulighed for koncentration.

41 **Yogien, hvis fluktuationer således er bragt under kontrol, vil under koncentrationen stabiliseres i sindet, som henholdsvis opfatteren, processen at opfatte eller det opfattede, idet sindet som en krystal vil antage farve af en af disse tre.**
Fluktuationerne bragt under kontrol vil sige, at sattva-kvaliteten ikke længere ligger under for rajas- og tamas-kvaliteterne. Stabiliseringen er sindets balancetilstand, hvor det hviler i sig selv, men henholdsvis antager farve af eller identificerer sig med opfatteren (selvet), processen at opfatte (chitta'et) eller det opfattede (objektet for opfattelse).

42 **Af disse stabiliserede tilstande, er den, hvor ord, mening og forestilling er blandet, kaldet ræsonnerende koncentration.**
Med ord menes æterisk vibration, som er den ydre årsag; med mening menes nerveaktion (elektrokemisk nerveimpuls), som er en indre motion, der leder den forudgående vibration; og med forestilling menes mental reaktion, der fremkaldes af foranstående. Ord som æterisk vibration gælder enhver sanseperception, der altid vil fremkalde en nerveaktion og korresponderende mental reaktion i sindet,– og det er forestilling, opfattelse, forståelse, erkendelse eller idé. Hvor de tre stadier: æterisk vibration, nerveaktion og mental reaktion, der ellers er adskilte, er blandet eller tilsyneladende ét, er koncentrationen ræsonnerende og den kaldes da: *savitarka-dhyana.* (Med erindring).

43 **Og den, hvor erindringen er ophørt og objektet alene illuminerer sindet, er kaldet super-ræsonnerende koncentration.**

Erindringen er ophørt, hvor prædikat-relationen: hvad man har hørt om, eller, hvad man i almindelighed forbinder med, objektet, er ophørt, og kun objektets mening står tilbage. Sindet har med andre ord opslugt sin egen funktion og *er* objekt. Til enhver vibration svarer et ord, som er tingens evige form eller *dharma*, der rejser en bølge i sindet. Denne bølge repræsenterer ordet og er dets idé. Bølgen fremkalder en reaktion i intellektet (buddhi), det er forestillingen, der står tilbage, når bølgen har lagt sig. Ordets idé er objektets dharma eller sande form og mening. Når erindringen er ophørt, står objektets dharma tilbage. Ved at praktisere renses hukommelsen, og den super-ræsonnerende koncentration vil medføre den form for meditation, der er betegnet ved: *nirvitarka-dhyana*. (Uden erindring).

44 **Og det samme, hvor objektet er subtilt, kaldes reflektiv og super-reflektiv koncentration.**
Vi har nu, foruden forskellen ræsonnement, betinget af grove objekter (mahabhutas), og reflektion, betinget af subtile objekter (tanmatras), henholdsvis *savitarka-dhyana* og *nirvitarka-dhyana* ydermere forskellen, der er betinget af, om ord/mening/forestilling er blandet eller objektet alene illuminerer sindet. Hvor objektet er subtilt kaldes det henholdsvis *savicara-dhyana* og *nirvicara-dhyana*. Summeret op i følgende:
Ræsonnerende koncentration, hvor ord/mening/forestilling er blandet kaldes *savitarka-dhyana*. Det er koncentrationen på grove (ydre) objekter.
Super-ræsonnerende koncentration, hvor erindringen er ophørt kaldes derfor *nirvitarka-dhyana*. Det er stadigvæk koncentration på grove objekter.
Reflektiv koncentration, hvor ord/mening/forestilling er blandet kaldes *savicara-dhyana*. Her har koncentrationen subtile objekter.
Super-reflektiv koncentration, hvor prædikat-relationen er ophørt kaldes *nirvicara-dhyana*. Også her har koncentrationen

subtile objekter som forudsætning. Det subtile objekt er „indre“ eller abstrakt.

45 **Det subtile stof opløses i det uopløselige primær-stof.**
Primær-stoffet (aliñga) er årsag til liñga-mātra: det subtile stof eller tanmatras, og deraf opstår igen det grove stof eller mahabhutas. Elementet jord har således som subtilt element lugt, der er årsag til det; smag er årsag til vandelementet; lys/farve er årsag til ildelementet; følelse er årsag til luftelementet; og lyd/vibration er årsag til æterelementet. Selvet alene, skønt subtilt, opløses ikke, da det ikke har materiel årsag, men er instrumentalt.

46 **Disse stabiliserede tilstande er koncentration med sæd.**
Disse stabiliserede tilstande af koncentration har ydre opfattelige objekter som årsag (sæd), hvorfor de ikke kan frigøre. De er med andre ord karmisk betingede. Der er således fire former for koncentration med bevidst objekt (m/ sæd), men de udgør ialt otte former med hensyn til opfatteren og processen-at-opfatte. De kaldes under ét *samprajnata-samadhi.*

47 **Når sindet er klart i den super-reflektive koncentration, opnår yogien uforstyrret indre ro.**
Sindet er klart, når det er renset og fri for rajas- og tamas-kvaliteterne, og den tænkende-substans' sattva-lys uhindret gennemstrømmer det. Det vil sige spontan vision og indsigt, der ikke gennemløber processen ord/mening/forestilling, men objektet opfattet i dets sande (dharma-) form. Man vil således ikke kunne opfatte tingen som den virkelig er, når man selv udgør en bestanddel af processen-at-opfatte. Ved spontan vision er man selv udenfor processen-at-opfatte. Uforstyrret-indre-ro er faktisk selvet-hvilende-i-sig-selv, men betyder ikke, at den uforstyrrede indre ro har selvet som objekt; selvet er substratum (underlag).

48 **I den uforstyrrede indre ro er indsigten sandhedsbærende.**
Det tekniske navn for denne form for koncentration er *ãtma tattvam*, hvilket betyder sandhedsbærende. Ved det hellige ord (pranava), ved betragtning (manana), og ved reflektion eller kontemplation (dhyana) opnår yogien absorption (nididhyãsana).

49 **Denne super-reflektive koncentration har andet objekt end den indsigt, der hidrører fra ting hørt om eller fra slutning, eftersom det er partikulært.**
Ting-hørt-om er generelle objekter, hvilket vil sige, at de er fælleseje, idet de opfattes og forstås i fællesskab med alle. Noget andet er, hvor ting er partikulære eller særlige, da tjener udsagn om dem til intet. Hvorfor? Fordi ord ikke kan udtømmes ved konventionel brug eller det, man i almindelighed forbinder med det, idet det er uendeligt. Det samme kan man sige om slutning, idet man slutter fra generel opfattelse. Vi kan forsøge at indsamle viden ved for eksempel at høre forelæsninger eller at læse bøger, – det tjener alt sammen til intet, hvis den indre forståelse savnes. Man skal praktisere, opleve, forstå, – da ophører den generelle form og den partikulære træder i stedet. Sagen er, at den generelle form har grundet på objektets ydre relationer de to kvaliteter rajas og tamas i overvægt, og de vil hæmme sattva-kvaliteten, som er ren intelligens – og alene sandhedsbærende! Ved den partikulære form er de to hæmmende kvaliteter trængt i baggrunden. Derfor betegnes denne form for koncentration sandhedsbærende-indsigt – ãtma-tattvam. Yogien trascenderer intellektet.

50 **Impressioner, der opstår i denne super-reflektive tilstand, hindrer andre impressioner – samskaras.**
I den foregående sutra servi, at yogien transcenderer intellektet, hvilket vil sige, at det kan gå udenfor sanse-perceptioner og ræsonnement. For sanse-perceptioner og ræsonnement er sløret af samskaras, karmiske latent-depositer eller underbevidste

impressioner, der i sig har tendens eller disposition. Disse hindrer koncentrationen. De impressioner, der opstår i den super-reflektive tilstand, er super-bevidste, hvilket vil sige, at de ikke er undergivet begær efter oplevelse, idet al bevægelse i chitta'et er ophørt. Dette sidste er det altså, som medfører, at de underbevidste impressioner, der er bærere af samskaras, fortrænges. Hermed er der banet vej for koncentrationen, der bliver sattvisk og sandhedsbærende – ãtma-tattvam.

51 **Når også disse impressioner er fortrængte, eftersom alt er fortrængt, opnår yogien sædløs koncentration – samadhi.**
Den højere passionsløshed (dharma-megha), der er karakteristisk ved sin uforstyrrede perception, standser ikke alene de underbevidste impressioner, men også de superbevidste, der er i opposition til den, fordi de sidste er opstået ved fortrængning af de første. Da de således ikke er virkning af en årsag, kan de heller ikke selv være årsag, hvorfor chittaets tænkende substans synker tilbage i sit eget permanente primær-stof. Selvet er nu hvilende i sigselv, – det er samadhi.

Hermed ender første bog af Patañjali's Yoga Sutras,
– omhandlende koncentration – samãdhi.

II BOG

MIDLERNE TIL OPNÅELSE

– ELLER SĀDHANA

I bog af Yoga Sutras har behandlet principperne, eller, hvad koncentration er i et sind, der er koncentreret. II bog af Yoga Sutras tager stilling til, hvorledes selv et sind, der fluktueres, kan koncentrere i koncentration. Hermed forklares – sãdhana:

1 **Selvdisciplin, studium og resignation til Isvara er handlings-yoga.**
Askese eller selvdisciplin standser underbevidste impressioner fra hindringer og fra karma. Det er formålet med selvdisciplin. Og da den ikke er hindrende koncentrationen, regnes den af yogier for værdig den største opmærksomhed. Med studium menes også recitation af mantras, fortrinsvis pranava, der har rensende virkning. Resignation til Isvara, er ofrende alle handlinger til den højeste lærer, eller givende afkald på frugten af alle handlinger. „Det er kun selve handlingen, der vedkommer dig, ikke dens frugter, – lad derfor ikke handlingens frugt være dit motiv, men heller ikke må du være hengiven til uvirksomhed.“ (Bhagavad Gitã II, 47).

2 **For opøvelse af koncentrationsevne og standsning af hindringer.**
Denne handlings-yoga's væsentlige opgave er træning i koncentration og svækkelse af hindringer, hvorved deres forplantning standser.

3 **Udifferentieret bevidsthed, personlighedsfølelse, passion, aversion og livsbegær er de fem hindringer.**
Avidya eller udifferentieret bevidsthed er ikke-skelnende. Personlighedsfølelse (jeg-følelse – egoisme) og de andre hindringer har udifferentieret bevidsthed som materiel årsag, – og da de kun eksisterer i kraft af denne, er de tilstande af misforståelse (ikke-forståelse). Og derfor, når den udifferentierede bevidsthedstilstand er ophørt, er disse tilintetgjorde. De skal tilintetgøres, da de er årsag til cyklen af réinkarnationer (genfødelser). Når disse hindringer flyder

uhindret, dominerer aspekterne (gunas) og stabiliserer mutationerne, og det tænkende princip gennemgår en modifikation. For i successive former som ufænomenal (primær-stof – alinga), som tænkende substans og som personligheds-substans intensiverer de strømmen af årsag og virkning (karma).
Hvorfor – med hvilket formål? – De tre frugter af karma: fødsel, længde af liv og art af begivenheder har deres hensigt i selvet. Denne hensigt bevirker disse hindringer. Forårsager de det alene? – Nej, bistået af hinanden støtter hindringerne sig til karma (karmiske-latent-depositer) og karma sig til hindringerne. Med passion menes lidenskab, begær, attrå. Med aversion menes afsky, uvilje. Livsbegær kan siges at indeholde samtlige bestanddele, nemlig både udifferentieret bevidsthed (hvoraf det er opstået), samt jeg-følelse, passion og aversion.

4 **Udifferentieret bevidsthed er den tilstand, af hvilken de andre opstår, uanset om de er potentielle, svækket, afskåret eller opholdt.**
De andre (hindringerne) optræder under fire former: potentielle slumrende), svækkede ved deres duale modsætning, afskåret ved gentagelse i modsat retning, og opholdt ved fixation eller koncentration. Men de ophører ikke med at være hindringer og bør afvikles. Hvad er da disse former af tilstande af udifferentieret bevidsthed? – Det er rigtigt, at de er specifikke, for først da kan de afskæres. – Fordi de manifesterer og forandrer sig til fænomenal form ved operation af deres fænomenaliserede kondition. – Derfor er hindringerne uden undtagelse varianter af udifferentieret bevidsthed. Hvorledes det? da det er udifferentieret bevidsthed, der gennemtrænger alle hindringer. – Ethvert skelneligt objekt er givet form af den-udifferentierede-bevidsthed, – det er det (objektet), der gennemtrænges af hindringerne. – Hvor det da er en misforstået idé, genopfattes de, – og når udifferentieret bevidsthed svinder bort, da svinder de ligeledes.

5 Antagelse af det timelige, urene, lidelse og ikke-selv for evigt, rent, lykke og selvet, er udifferentieret bevidsthed.

Den legemlige verden, hvad enten det menneskelige legeme eller himmellegemerne, er ikke-evig (timelig). Legemet er urent grundet på dets oprindelse, nødvendighed af vedligeholdelse, afsondring og opløsning (nemlig ved død). På samme måde er de forskellige tilstande af lidelse forandringer (mutationer), eller lykke (lyst) opfattes som sådan under lidelsens forandringer. Ligeledes er antagelsen af selvet i ikke-selvet (jeg'et eller ego'et), uanset om i ydre ting, i legemet som sæde for ydre oplevelser, eller i centralorganet (chitta), hvilket bistår selvet, – udifferentieret bevidsthed. Og den er årsag til hindringer og karmiske latent-impressioner og deres frugter.

6 Når opfatteren identificerer sig med det opfattede, er det personlighedsfølelse.

Opfatteren er selvet, der står bag processen at opfatte. Hindringen kaldet personlighedsfølelse er en forandring, hvor de to forekommer at være ét. Det indre instrument (antakarana) består af sanseorganerne (indriyani), det opfattende organ (manas) og det besluttende organ eller intellektet (buddhi). Forandringen foregår i den tænkende substans, som er det egentlige chitta. Under opfattelsen forekommer fornemmelsen af identifikation, hvilket vil sige gøren sig til ét med det opfattede, og det er jeg-følelse (ahamkara). Og under denne identifikation tilegner jeg'et sig fornemmelse af lyst eller lidelse. Jeg ser, jeg hører, jeg vil, jeg føler, jeg lider etc. Hvor de to (opfatteren og det opfattede) adskilles, er der isolation, og lyst/lidelse-fornemmelsen ophører. Selvet og den tænkende-substans (chitta) er distinkte af natur, karakter og i bevidstheden.

7 Passion er det, der dvæler ved lykke.

Det-der-dvæler-ved-lykke (eller lidelse), er selvets identifikation, – her altså jeg-følelsen ved lykke.

8 **Aversion er det, der dvæler ved lidelse.**
Det-der-dvæler-ved-lidelse (modsat lykke), er igen selvets identifikation, – og her altså ved lidelsen som følge af: jeg lider etc.

9 **Livsbegær drevet ved force af dets egen natur eksisterer i denne form selv hos den vise.**
Livsbegær-i-denne-form drevet ved force af dets egen natur er den fænomenaliserede-kondition, der selvsagt også eksisterer hos den vise, da det er den, der betinger oplevelse og erkendelse, som er selvets hensigt indtil den endelige frigørelse. Livsbegæret er derfor en nødvendig forudsætning for oplevelsen, som er en forudsætning for erkendelsen, som endelig er en forudsætning for det tilsigtede mål – frigørelsen.

10 **Disse hindringer, når de er blevet subtile, undgås ved inversepropagation.**
Når hindringerne er blevet til brændt-sæd, dvs. standset i deres forplantning, er de subtile, – og da undgås de ved modsat forplantning (inversepropagation), idet den duale modsætning sættes imod dem.

11 **Fluktuationerne af disse afvises ved meditation.**
Ydermere anvises, at fluktuationerne af de hindringer, der er subtiliseret til brændt-sæd ved handlings-yoga, fuldstændigt afvises ved elevation (prasamkhyãna), dvs. ophøjelse eller meditation, da de subtile fluktuationer er stærkere i opposition end de grove. Med andre ord opholdes hindringerne: 1) ved svækkelse af den duale modsætning; 2) de svækkede fluktuationer reduceres til brændt-sæd ved elevation (meditation); og endelig tilintetgøres den brændte-sæd ved inverse-propagation, – resolverer i primær-stoffet (alinga) eller ved reduktion af den-tænkende-substans; hvilket er en effekt, karakteriseret ved personligheds-følelse til tilstanden af dens egen årsag (den-tænkende-substans).

12 **De karmiske latent-depositer har deres rod i hindringerne og kan manifestere i denne eller en kommende eksistens.**
Hindringer er hindringer fordi de hindrer og fordi de er årsag til fødsel, længde af livet og art af erfaringer. Det er karma. De karmiske latent-depositer eller -impressioner er subtile aflejringer af karma, der, hvis de er intensive og opståede ved askese (selvdisciplin), koncentration, spirituel øvelse etc., har umiddelbar virkning som god karma. På den anden side er „ond" karma opstået af udifferentieret-bevidsthed (avidyã) og de andre hindringer, som ikke er hindringer i-og-for-sig, men fordi de karmiske latent-depositer har rod i dem. Virkningen af den kausale aktivitet er ikke begrænset til den nuværende eksistens (liv), undtagen, hvor årsagen er intensiv, men kan også vedrøre de, der dvæler i underverdenen, men de latent-depositer, som er årsag til virkninger dér, kan ikke opleves i dette (sete) liv, men kun i det (usete) andet.

13 **Så længe som roden eksisterer, vil den bære frugt i form af fødsel, længde af liv og art af erfaringer.**
Så længe som de karmiske latent-depositer (samskaras) har deres rod i hindringerne, vil karma gro; men ikke, hvor hindringerne er tilintetgjorte. Hindringerne er latent-depositernes grobund, og latent-depositerne er karmas rødder, hvorfra eksistensen i form af fødsel, længde af livet, afpasset efter virkningernes udstrækning i tid og succession, samt art af begivenheder, forstået som erfaring indhøstet ved oplevelse af samme, og det hele ligeledes afpasset efter både individuel og kollektiv karma, forplanter sig. Den kausale aktivitet af årsag og virkning vil på sin side igen iklæde sig hindringerne i en „evig" vekselvirkning, hvis ikke hindringerne tilintetgøres! Karma skabt fra fødsel til død akkumuleres i latent-depositer, hvor den ved døden ligger i en stivnet (potent) tilstand. Den potentielle karma på godt eller ondt er årsag til en ny fødsel, længde af livet og art af erfaringer. Men latent-depositer har både en frugt begrænset af tid og en uden grænse. Om den

sidste hedder det, at den har sin oprindelse i tid-uden-begyndelse, – nemlig samtlige erfaringer fra fortiden. Når en karma udløber ved slutningen af en eksistens subtiliseres den, og danner grundlaget for en ny karma. Den er da erindring af ubevidst art og optræder senere som underbevidste impressioner og skaber tendens eller disposition. Det er successionen af disse samskaras (latent-depositer), der i form af underbevidste-impressioner skaber disposition og dermed rækkefølge af erfaringer i en tidsbestemt karma i et evigt kredsløb, – hvis ikke årsagen tilintetgøres. En karma skabt ved ét livs handlinger må således udløbe i et kommende liv, men „sporet" efter hver handling vil i form af en samskara følge ned gennem talløse liv, idet det er det, der er „erindring" af tidligere erfaringer, og optræder som medfødt disposition, talent eller udvikling. Enhver handling eller tanke vil afsætte et sådant spor, hvilket bevidst indenfor en inkarnation skaber dygtighed og udvikling, – og igen i en kommende inkarnation ubevidst dygtighed eller udvikling. Eller på den anden side vil handlingen eller tanken skabe det, der gennem dispositionen vil bevirke en dårlig karma og lidelse. Karma kan altså udløbe, men ikke en samskara, før dens årsag er udslettet. Denne samskara eksisterer i tre tilstande: tilintetgjort (brændt som sæd), hvorved dens forplantning er umuliggjort; opbrugt i den dominante karma, i hvilken den i opbrugt stand så til gengæld atter sætter et spor eller en ny samskara; og endelig hvilende potent til disposition for den tidsbegrænsede karma, hvilket sidste er det almindelige. Tilintetgjort bliver den ved „opbrænding-som-sæd" – ved meditation; opbrugt-i-den-dominante-karma ved handlinger under askete, selvdisciplin, resignation-til-Isvara m. m.; og hvilende-potent-til-disposition-for-den-tidsbegrænsede-karma er det sædvanlige. Med andre ord skal det forstås således, at omend latent-dispositerne udtømmes i en tidsbegrænset karma, vil denne tidsbegrænsede karma aflejre nye latent-depositer, der, hvis ikke en særlig kraftanstrengelse gøres med hensyn til forandring af retning, selvfølgelig vil blive af samme art som de foregående. Askese

m. m. og meditation er et sådant middel til forandring af retning og tilintetgørelse.

14 **Disse frugter resulterer i glæde eller smerte i overensstemmelse med, om årsagen er ret eller uret.**
Men uanset, om årsagen er ret eller uret, god eller ond, vil resultatet dog tilsidst være smerte, da de to frugter er kontra-aktive, d. v. s. fremkaldende modsætning ved sin aktion, som f. eks. en bølgekam, der alene ved sin aktion fremkalder sin modsætning, bølgedalen.

15 **For den indsigtsfulde er alt lidelse, da lidelse er mutationer, bekymring og underbevidste impressioner, og på grund af kontra-aktion af kvaliteterne.**
Lidelse er de mutationer eller forandringer, der opstår, når begæret ikke opnår sin lyst/lykke. Her stilles altså de to kontra-aktive modsætninger, passion og aversion over for hinanden. Disse kontra-aktive modsætninger opstår af underbevidste karmiske latent-depositer som hindringer. Udifferentieret-bevidsthed (avidya) resulterer i sanselyst, der aldrig kan tilfredsstilles, da den tiltager i omfang, og derfor bliver utilfredsstillet attrå, som er lidelse. Bekymring opstår af aversion fremkaldt ved erindring om henholdsvis lyst og smerte. Ved passion for lyst skabes aversion for lidelse i andre karmiske latent-depositer, idet enhver ting er betinget af dens modsætning, der derfor vil opleves i successiv følge.
Kvaliteterne er de tre gunas, der i deres afhængighedsforhold til hverandre er i stadig bevægelse, – hvor én er dominant, vil de andre være i opposition og skabe mutationer, der igen er årsag til den kontra-aktive bevægelse i sindet. Hvorledes kan sanselyst resultere i smerte? – Fordi de begge har samme materielle årsag, vil de til slut også have samme materielle effekt. Forskellen i benævnelse er en attribut-relation af den tænkende substans, der er dominant i relation til elementet, som er højtudviklet, men underordnet det generiske element (atman). Men man kan ikke undslippe det, medmindre man

forstår årsagen. Til forståelse heraf drages en sammenligning med det medicinske system, der inddeles i fire divisioner: sygdom, sygdommens årsag, helbredelse, og midlet hertil. Således har også dette system fire divisioner: cyklen af réinkarnationer, årsagen til genfødsler, frigørelse, og vejen til frigørelse. Det er de gentagne eksistenser med deres tilstand af lidelse, der skal undgås, – og det er den udifferentierede bevidsthedstilstand, der er årsag til disse, da den fremkalder (består af) en speciel form for aktivitet.
Den specielle form for aktivitet, der beskrives, er det vi kalder liv, og opstår ved korrelationer af selvet (atman) og den primære årsag eller prakriti. Nogle (The Yogăcă school of Buddhists) lærer, at frigørelse er extermination (udslettelse) af den, der frigøres, – som en lampe blæses ud (nirvana). Andre igen (The Mădhyamika school of Buddhists) lærer, at extermination af hindringerne med deres underbevidste impressioner fremkalder en renset mental tilstand (vijñăna), som er identisk med frigørelse. Men Yoga's svar er *fokuset indsigt* (absolut koncentration), hvilket er *seeren* (opfatteren) *som-han-er-i-sig-selv.*

16 **Det, der skal undgås, er kommende lidelse.**
Fortidens karma og den dominante, ligger udenfor rækkevidde, det er derfor den kommende, der kan undgås.

17 **Korrelation af selvet og den objektive verden er årsag til det, der skal undgås.**
Da reflektion af den tænkende-substans (chitta) gør selvet bevidst om den objektive verden, og det dermed optræder som oplever, er det et gensidigt forhold (korrelation), som er årsag til den kommende karma/lidelse, der skal undgås. Den objektive verden er ydre aspekter.

18 **Den objektive verden består af elementer og organer, og er disponeret for illumination, aktion og inerti, og med hensigt i selvets oplevelse, erkendelse og frigørelse.**

Den objektive verden eller „naturen“ er sammensat af elementer og organer – fine og grove elementer, hvoraf hele naturen består, og sanseorganerne, sindet etc. – hvis natur er illumination, aktion og inerti. Det er de tre gunas: sattva, rajas og tamas, hvis dispositioner er henholdsvis (1) illumination eller oplysning, (2) aktivitet og (3) inerti eller træghed, uvirksomhed, modstand etc. Gensidigt influerende hverandre, separate eller forenede i opposition til en dominant, men alligevel gensidigt afhængige; de har deres separate magt i deres afhængighed; de er manifesterede, når de er dominante, men har dog alligevel en eksistens, når de er undergivet en dominant, idet de er inkluderet i denne ved deres funktions-aktivitet; – således er de tre gunas-konstituenter, som også beregnes ved *primær-årsag.*
Trigunas – virkende-for-selvets-hensigt – følger uden ydre årsager, som tiltrukket af en magnet, enhver fluktuation af en af dem selv. Og det er objektet. Det samme objekt gennemgår mutationer som både element og organ, – som både groft element (mahabhuta) og subtilt (tanmatra), – og med hensigt i selvets oplevelse/erkendelse og dermed frigørelse.

19 **Gunas-aspekterne er specielle, generelle, ideelle og udefinérbare.**
Specielle er de grove elementer (mahabhutas) og generelle de subtile elementer (tanmatras). Det, der ligger før disse tilstande, er mahattattva (primær-stof og universel eller kosmisk intelligens), og hvoraf buddhi (intellekt eller atman's vehikel) er en individuel form, – det er den ideelle tilstand. Buddhi er 1ste substans (ikke at forveksle med primær-stoffet, mahat-tattva). Atman, der er aspekternes første mutation, er udefinérbar; som mutation af den primære-årsag. Som de grove elementer er specielle former af kombinerede generelle, er de sensoriske og motoriske indriyas specielle former for den generelle personligheds-substans (ahamkara), og de udgør sammen med centralorganet (manas) 11 specielle former.
Der er ialt 16 mutationer af trigunas: 6 former for den generelle

tilstand (tanmatras), lyd, følelse, farve, smag og lugt; som korresponderer med de sensoriske organer, øret, huden, øjet, tungen og næsen; og med de motoriske, stemmen, hånden, foden, organet for ekskretion og organet for generation eller forplantning; og med de grove elementer (mahabhutas), æter, luft, ild, vand og jord; der sammen med centralorganet alle er specielle. Den 6te generelle form er personligheds-substansen, der er forbundet med centralorganet, den 11te specielle form, uden at de derfor udgør 2 adskilte mutationer.

Trigunas (konstituenter)

1. Udefinérbar → *Primær-årsag*
→ Atman (1ste mutation)
2. Ideelle → Mahat-tattva (primær-stof)
→ Buddhi (1ste substans)
3. Generelle → Ahamkara (personligheds subst.)
4. specielle

Æter	lyd	høre (øret)	tale (stemme)
Luft	følelse	føle (huden)	gribe (hånd)
Ild	farve	se (øjet)	gå (fod)
Vand	smag	smage (tungen)	ekskretion (-organ)
Jord	lugt	lugte (næsen)	generation (-organ)

20 **Selvet, som er bevidsthed alene, skønt ellers uberørt, influeres af intellektet.**
Selvet bliver bevidst-ved-reflektion i den tænkende-substans, men er ikke identisk med denne, idet den tænkende substans ved iagttagelse af objektet gennemgår en mutation og antager form af objektet, hvorved så selvet, der er den virkelige oplever, opfatter mutationen.

21 **Objektet for oplevelse eksisterer kun for opleverens, selvets skyld.**
Da objekt/oplevelsen er kontra-aktiv i forholdet til selvet, men ikke til sig selv, er det selvets hensigt, den tjener, og med

hensyn til erkendelse/frigørelse, der er perception af forskellen mellem selvet og sattva, hvorefter dens hensigt-for-selvet ophører.

22 **Men skønt ophørt for selvet, hvis hensigt det tjente, er objektet ikke ophørt, da det er fælles for alle.**
Fordi der eksisterer korrelation af selvet og substansen fra tid-uden-begyndelse (tidløs), er der også en korrelation mellem substansen og de ydre aspekter (den tænkende substans), – men skønt den er tidløs, er den ikke permanent.

23 **Korrelationen er årsag til sammenblanding af oplever med oplevelse.**
Med hensigt i oplevelse bliver selvet sammenblandet med objektet, og opfattelsen, som er resultatet af denne korrelation, er erkendelse, hvorimod erkendelse af, hvad selvet er, er frigørelse.

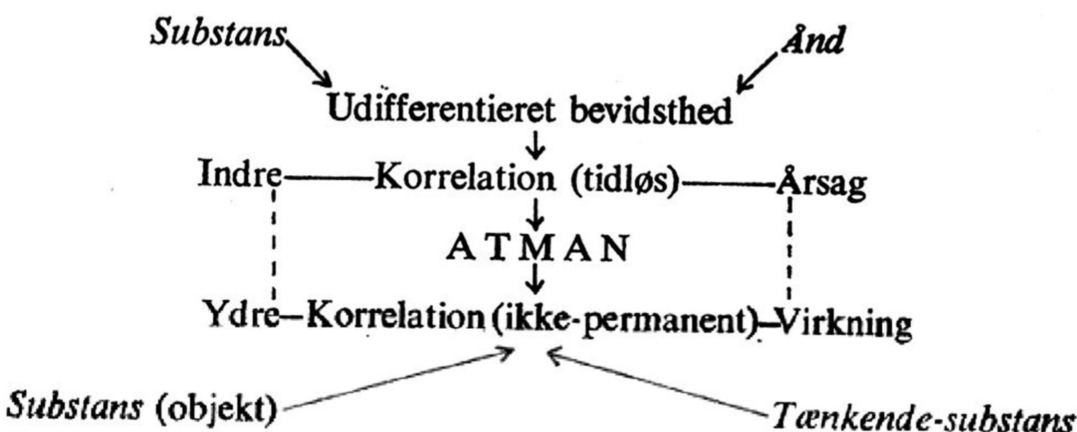
24 **Udifferentieret bevidsthed er årsag til korrelationen.**
Med andre ord er underbevidste impressioner af udifferentieret bevidsthed årsag til korrelationen, hvor selvet ikke kan skelnes fra dets aktion, der har oplevelse, erkendelse og frigørelse til hensigt.

25 **Når den er ophørt, ophører korrelationen, hvilket er hensigten, og selvet er nu frigjort.**
Når den udifferentierede bevidsthed (ikke-skelnende) er ophørt (bliver skelnende), er selvet til ende med sin oplevelse/erkendelse og frigjort.

26 **Midlet til frigørelse er urokkelig diskriminerende erkendelse.**
Nemlig ved skelnende erkendelse af differencen mellem selvet og sattva, hvilken indtræder, når sattva-aspektet, der er skelsættende, er renset for rajas-aspektet, der er ikke-skelnende og skaber hindringen; hvor den urigtige tænkning er reduceret til „brændt sæd", og endelig sattva-aspektet, der er

den skelnende intelligens, i sit fortsatte løb har erkendt sig adskilt fra selvet, som nu er frigjort.

27 **Hans indsigt er syvfold og avancerende i stadier til det højeste.**
Da, ved diskriminerende erkendelse, er yogiens indsigt syvfold: 1. Det, der skal undgås, er klarlagt; 2. årsagen til det er ophørt; 3. det er oplevet; 4. midler dertil, diskriminerende erkendelse, er opnået; – det er den firefold endelige frigørelse, som kan opnås ved indsigt. – Men den endelige frigørelse af den tænkende-substans er trefold: 5. Den tænkende-substans' autoritet er ophørt; 6. aspekterne, trigunas, dissolverer af mangel på støtte i hensigt; 7. på dette stadium er selvets (atman) relation til aspekterne (trigunas) ophørt; – og selvet-oplyst-ved-sig-selv-frigjort og isoleret, (kaivalya).



28 **Ved praktiseren i yoga destrueres urenhederne og perceptionen illumineres indtil diskriminerende indsigt.**
Ved at praktisere de otte trin i yoga, som nu beskrives, ophører den femfold misforståelse: udifferentieret-bevidsthed, personlighedsfølelse, passion, aversion og livsbegær, og koncentration opnås. Og i samme grad som urenhederne (hindringerne) forsvinder, illumineres perceptionen indtil den absolutte visdom (diskriminerende-indsigt), der skelner mellem selvet og gunas, og hvorved diskorrelation (viyoga) opnås.

Der er ni årsager: årsag 1. – at de opstår i bevidstheden (centralorganet) og der bevirker en mental proces (vijnana); 2. – permance af centralorganet i det faktum, at selvet har hensigt; 3. – manifestation ved selvets reflektion i mutationen (af den tænkende-substans); 4. – modifikation (omformning) ved den tænkende-substans' assimilering af andet objekt; 5. – præsentation (fremførelse) ved idéassociation; 6. – opnåelse ved hjælp af midler, f. eks. opnåelse af diskriminerende-indsigt ved hjælp af yogas midler; 7. – adskillelse, ved f. eks. midler til adskillelse af selvet fra urenhederne; 8. – transformation, f. eks. ved ide om lyst, da passion, – ved ide om smerte, da aversion som transformerende årsag; 9. – opretholdelse, ved f. eks. kroppen, som opretholder sanseorganerne og er årsag til disse, mens de på den anden side er årsag til opretholdelsen af denne, – og igen elementerne som den opretholdende årsag til legemer, og således reciprocal virkende.

29 **Yama, niyama, āsana, prānāyāma, pratyāhāra, dhārana, dhyāna og samādhi er de otte trin i yoga (yoganga'er).**
Disse otte trin må udføres i successiv følge, men man kan selvfølgelig anvende f. eks. asana før man har mestret de foregående yama/niyama fuldstændig, da man ellers var afskåret fra en sædestilling; og dharana før man har mestret pranayama og pratyahara, da nogen koncentration er en nødvendig forudsætning for enhver form for kontrol af henholdsvis åndedræt eller sanser. Og således fremdeles. Hvad de er beskrives i følgende:

30 **Yama er abstinens fra at skade, lyve, stjæle, og fra sanselighed og grådighed.**
De efterfølgende har rod i abstinensen ikke-skade, således, at hvis de er overholdte, men ikke denne, er de, som om de ikke var overholdte. Og med ikke-skade menes i sidste instans ikke-skade noget levende væsen. Med ikke-lyve menes, at sind og tale korresponderer med objektet. Med ikke-stjæle menes uautoriseret appropriation af ting af værdi fra andre. Med

sanselighed menes i særlig grad den kønslige, hvis modsætning er afholdenhed (brahmachãrya) i både tanke, ord og handling. Med grådighed menes i særlig grad at modtage fordele udover et livsvigtigt behov.

31 **Når de er ubetinget af art, sted, tid eller særlige omstændigheder, er det tale om det store løfte.**
Det vil sige, at der er ingen undtagelser (med hensyn til abstinens), hverken hvor det er tale om anden art, f. eks. med hensyn til dyr, – eller stedet, f. eks. begrænset til ét land, – eller tiden, f. eks. begrænset til en højtid, – og heller ikke, hvor omstændighederne er presserende, f. eks. i nød eller under provokation.

32 **Niyama er observans af renlighed, tilfredshed, selvdisciplin, studium og resignation til Isvara.**
Der er her tale om både ydre og indre renlighed, – renlighed i såvel krop som tanker, – renlighed i såvel ord som handling.
Med tilfredshed menes, ikke begær mere, end man har.
Med selvdisciplin menes, at kunne bære både hunger, tørst, hede og anstrengelser, ja, selv ydmygelser, uretfærdigheder og selv de værste prøvelser uden at klage. Med studium menes både studier i Veda, Upanishaderne, de fem Dharsanas og dermed Yoga; iøvrigt studium med spirituel udvikling for øje, men også recitation af mantraer. Resignation eller hengivelse til Isvara er den rette religiøse indstilling til Gud, og ensbetydende med at ofre Gud alle ens handlinger uden hensyn til frugten af disse (jfr. Bhagavad Gitã II, 47). (Bhagavad Gitã Upanisadah, „Den Højeste's Sang", er et afsnit af Mahãbhãrata, „Den Store (beretning om) Bhãrata(-slægten)", Indiens flere tusind år gamle og berømte helteepos. Gitã'en er karma-yogas kildeskrift og moralkodeks).

33 **Negative tanker tilintetgøres ved reflektion på modsætningen.**
Negative tanker, er de tanker, der hindrer abstinens og observans, og modsætningen (positive tanker), de, der fremmer abstinens og observans.

34 **Da negative tanker, såsom at skade, uanset om den er gjort, tilskyndet eller bifaldet, – uanset om under griskhed, vrede eller forblindelse, – uanset om mild, moderat eller svær, resulterer i endeløs uvidenhed og elendighed, skulle modsætningen etableres.**
Der er utallige varianter af at-skade, for dem alle gælder, at de følges af uvidenhed og elendighed, der er af samme natur, tamas-guna.

35 **Når abstinensen ikke-skade er etableret, ophører fjendskab i hans nærværelse.**
I nærværelse af den yogi, der har etableret abstinensen, vil selv vilde dyr være undergivet hans tænkende substans og ophøre med fjendskab.

36 **Når abstinensen ikke-lyve er etableret, vil handlinger og deres frugter være afhængig af ham.**
Yogiens ord vil være sandhedsbærende, og handlinger og deres frugter, ja selv frugten uden handling vil *være* for ham eller andre. Hvad han siger sker – manifesterer (văk).

37 **Når abstinensen ikke-stjæle er etableret, vil juveler tilgå ham.**
Hvormed menes, at den, der ikke begærer naturen (objekterne – tingene) vil naturen (tingene) tilgå (komme til). Fordi modsætningen ikke rejses.

38 **Når abstinensen ikke-sanselighed er etableret, opnår han energi.**
Hvilket er indlysende, da den samme energi (prana) ligger til grund for f. eks. både seksuel virksomhed og hjerne-virksomhed, vil han ved afholdenhed (brahmachărya) opnå forøget hjernekapacitet.

39 **Når abstinensen ikke-grådighed er etableret, opnår han viden med hensyn til eksistenser.**

Hvor ikke-grådighed er etableret, ophører afhængigheds-forholdet til andre, hvilket er det eneste, der forhindrer ham i at se sig selv.

40 **Når observansen renlighed er etableret, opstår der modbydelighed for eget og forbindelse med andres legemer.**
Der er her tale om den højeste form for „renlighed", hvor man erkender den sande natur af eget såvelsom andres legemer. „Urenhed", da det er undergivet opløsning og død – er temporært. Rent er kun ånd, der er evig. Asketen lader urenheden bag sig i sin isolation.

41 **Når observansen sindsrenhed er etableret, opnår han sindighed, koncentrationsevne, kontrol over sanserne og evne for selvrealisation.**
Ved sindsrenhed fortrænges rajas- og tamaskvaliteterne, hvis virksomhed er årsag til uvidenhed og begær, og sattvakvaliteten er enerådende.

42 **Når observansen tilfredshed er etableret, opnår han den højeste glæde.**
Fordi ingen kan opnå højere glæde, end angivet ved tilfredshed.

43 **Når observansen selvdisciplin er etableret, elimineres urenhederne fra kroppen og organerne og han opnår kraft.**
Nemlig derved, at selvdisciplin forhindrer overflødig brug af kræfterne, er det opsparing af kræfterne, hvilket gælder fysiske såvelsom psykiske kræfter.

44 **Når observansen studium er etableret, opnås kontakt med det ønskede.**
Hvilket skulle være indlysende. Og hvis studiet også omfatter recitation eller fremsigelse (mantra-yoga), da også kontakt med den guddom (spirituelle kraft), der præsiderer over mantraet. F. eks. *om* med Isvara.

45 **Når observansen hengivelse til Isvara er etableret, opnår yogien koncentration.**
Isvara, den personlige Gud eller selvets potentielle guddomskraft, er altid tilstede. Hengivelse til Isvara er derfor den form for resignation, der opgiver jegets skintilværelse for den tilstand, der er betegnet som selvet hvilende-i-sig-selv, hvilket er ubrudt koncentration/meditation.

46 **Asana er urokkelig og utvungen stilling.**
I egentlig forstand siddestilling (meditationsstilling), da asana betyder både det sæde, man sidder på, såvel som måden, på hvilken man sidder. Og med hensigt i koncentration/meditation. Senere overgået i sprogbrug til at betyde samtlige positurer i den fysiske hathayoga. De vigtigste meditationsstillinger er *padmasana* (lotusstilling) og *siddh-asana* (fuldkommen stilling). Hensigten er standsning af kroppens aktivitet (prana) i absolut ubevægelighed og balance og total afspænding.

47 **Når anstrengelse er ophørt og mental balance opnået, er asana etableret.**
Kroppens og sindets natur er aktivitet eller uro. Asana er først etableret, når denne aktivitet eller uro er ophørt, hvilket er en forudsætning for koncentration/meditation.

48 **Da vil han være uberørt af modsætningerne.**
Uberørt-af-modsætningerne, fordi ingen af dem søges. Stillingen har ikke hensigt-i-sig-selv, men har højere mål, hvorfor den ingen modsætning har: ikke lyst ejheller smerte, men elimination af begge, – sædløs!

49 **Prãnãyãma er standsning af ind- og udånding, som følger efter.**
Som-følger-efter, nemlig asana. Efter indånding (puraka) følger udånding (rechaka), – standsning af begge (kumbhaka) er pranayama.

50 **Dets modifikationer er enten ydre, indre eller standset i**

4

fluktuationen; reguleret med hensyn til rum, tid og antal, og udstrakt og subtilt.
Det ydre efter udåndingen, det indre efter indåndingen, standset i fluktuationen, når begge er ophørt. Pranaet kan være koncentreret ét sted (rum), i så og så lang tid, og endelig i et så og så stort antal respirationer. Pranayama resulterer i udghãta (vækkelse af Kundalini).

51 **En fjerde form transcenderer eksternale og internale objekter.**
Denne form er ikke afhængig af ind- eller udånding, men kan siges at være en intelligent form for kumbhaka (standsning af åndedrættet), hvor standsningen iværksættes på et hvilket som helst sted af ind- eller udåndingen og uafhængig af denne. Pranaet dirigeres intelligent.

52 **Hvilket resulterer i, at det, der dækker lyset, svinder.**
Lyset er sattva, hvoraf den-tænkende-substans består i dens jnana-form, – og det, der-dækker-lyset, indrajãla (vildfarelse), der er opstået af udifferentieret-bevidsthed (avidyã), er rajas- og tamas-kvaliteterne. Pranayama er den højeste form for selvdisciplin.

53 **Sindet er nu egnet for koncentration.**
Hermed menes, at sindet (centralorganet) opnår stabilitet gennem pranayama (pranakontrol), der er sædløs – uden modsætning.

54 **Pratyãhãra er isolation af sanserne fra deres objekter i imitation af den tænkende-substans.**
Sanseorganerne er separate tilstande af den-tænkende-substans (chitta), der ved deres virksomhed i forbindelse med deres objekter (ydre objekter) forårsager forblindelse: sympati/antipati, lyst/smerte, glæde/sorg etc., idet de indentificerer sig med objektet. Chittaet (den-tænkende-substans) er imidlertid ikke i direkte kontakt med objektet, men vil ved sanse-perceptionen danne form efter objektet, hvorved hele processen

antakarana (det-indre-instrument) træder i funktion: manas, det opfatende organ; buddhi, det determinerende organ; og ahamkara (jeget), der er selvets spejlbillede og undergivet illusion ved identifikationen på grund af sin udifferentierede bevidsthedstilstand og derfor lider etc. Atman (selvet) alene, er i sig selv uberørt. Hvad vi ser, hører etc., er ikke udenfor, men i den-tænkende-substans. Det (objektet), der er udenfor, fremkalder formen i den-tænkende-substans, og med sansen som medium. Hvis vi nu kan forhindre den-tænkende-substans i at tage form efter objektet, vil sanserne (i-imitation-af-den-tænkende-substans) ligeledes være forhindret – og isoleret.

55 **Hvilket resulterer i fuldstændigt herredømme over organerne.**
Ufuldstændigt er: 1. Hvor mangel af begær vil synes herredømme over organerne. 2. Hvor begæret er legitimt, d.v.s ikke forbudt. 3. Hvor sanserne i perceptionen ikke bibringer følelse af glæde/sorg etc. 4. Hvor der hverken er tanke på glæde eller sorg ved den uhildede iagttager. Hvorimod det fuldstændige herredømme er, hvor den tænkende substans er ensrettet og sanserne med den i-imitation.

(Overs. anm.:
Rent praktisk kan anvises: hold kroppen i en afspændt og ubevægelig balancestilling; ånd langsomt og rytmisk; hold øjnene ubevægeligt rettet mod et punkt uden at blinke og lyt indad. I begyndelsen må iagttages, at asana er ensbetydende med ubevægelighed eller standsning af kroppens aktivitet; pranayama er ensbetydende med bevidst kontrol over åndedrættet; og endelig er pratyahara ensbetydende med bevidst kontrol over sanserne. For de to sidste discipliners vedkommende gælder ved absolut kontrol i videregående træning, at denne medfører standsning).

Hermed ender anden bog af Patañjalis Yoga Sutras – omhandlende midlerne til opnåelse – sādhana.

III BOG

PSYKISKE KRÆFTER

– ELLER VIBHUTI

I og II bog af Yoga Sutras beskrev koncentrationen og midlerne dertil. III bog beskriver de psykiske kræfter (egentlig supernormale kræfter), med hensigt i propagation af tro, og hvilke er favorable for denne koncentration og dens fem indirekte midler – de fem beskrevne trin – hvortil så kommer de tre direkte, der begynder med: –

1 **Dhãrana er binding af sindet til ét sted.**
Dharana (koncentration) er binding af sindet eller den-tænkende-substans til ét sted eller ét objekt. Denne koncentration er kun mulig, hvor der er perception, f. eks. af et chakra: muladhara, manipura, anahata eller ajna; eller næsetippen, tungespidsen, ganen etc.; eller eksternale steder (udenfor kroppen). Koncentration er kun mulig med et objekt eller et sted at koncentrere på; og koncentration er kun mulig rettet mod ét sted eller ét objekt ad gangen. En dharana regnes for ubrudt af andre fluktuationer i 12 sekunder. Hvor den er rettet mod et spirituelt mål, hvilket er et mål, der ikke er undergivet temporær virksomhed, men er „evigt", er der tale om en „kosmisk kontakt", som er „indvielse".

2 **Dhyãna er ubrudt binding af sindet til ét sted.**
Dhyana (meditation) er ubrudt (fortsat) binding af sindet eller den-tænkende-substans til ét sted eller ét objekt. Denne meditation er kun mulig som en fortsættelse eller videreførelse af dharana, hvilket vil sige, at den ubrudte koncentration skal fortsætte udover de 12 sekunder. Den dhyaniske tilstand er nået ved den 12. dharaniske tidslængde, hvilket vil sige 144 sekunder. Den fortsatte og ubrudte binding af sindet til ét objekt eller ét sted, er ensretning af den-tænkende-substans med hensyn til idé og kaldes meditation.

3 **Samãdhi er etableret, når sindet absorberes af objektet.**
Samadhi (absorption) er fortsat (ubrudt) binding af sindet eller den-tænkende-substans til ét objekt eller ét sted. Og denne absorption er kun mulig som en fortsættelse og videreførelse

af dhyana, hvilket vil sige ubrudt meditation udover 144 sekunder, som i dhyana.
Den samadhiske tilstand er nået ved den 12. dhyaniske tidslængde, hvilket vil sige 1728 sekunder (28 min. 48 sek.). Den ubrudte og fortsatte binding af sindet til et objekt/sted vil medføre, at objektet (dets mening) alene oplyser bevidstheden, da sindet er tømt for sig selv. Den-tænkende-substans identificerer sig nu med objektet, hvilket kaldes „meditativ-absorption". Tilstanden er uden-bevidst-objekt, men også denne tilstand adskilles i to former: 1. Forårsaget af ydre objekter kaldes den *savikalpa-samadhi* (m/sæd – undergivet tid). 2. Ikke forårsaget af ydre objekter, men udelukkende ved spirituelle midler, kaldes den *nirvikalpa*-samadhi (u/ sæd, ikke undergivet tid eller karma).

4 **Disse tre i ét er samyama.**
Det tekniske navn for de tre tilstande: dharana, dhyana og samadhi anvendt på ét objekt/sted, er samyama. Da de tre trin (de direkte midler) må følge i den nævnte orden, og da de anvendes samlede, indfører denne sutra for kortheds skyld det tekniske udtryk samyama.

5 **Resultatet af samyama er indsigt.**
Denne er meditativ-indsigt eller intuition, som udvikles i samme proportionale forhold, som tilstanden stabiliseres. Tilstanden danner grundlaget for de psykiske evner (supernormale-evner).

6 **Samyama bør anvendes gradvis.**
Den trinvise udvikling er nødvendig, da tilstanden ellers er ustabil. For „– ved Yoga, Yoga må erkendes: Yoga udvider Yogas sum af visdom." – Og „– den, der Yoga interesse viste, har stedse rod i Yoga." – siger Veda-Vyāsa i kommentaren „Yoga-Bhāshya". Undtagen (fra den trinvise udvikling) er her, om et højere trin er nået ved „resignation til Isvara", hvilket ikke er undergivet den trinvise formation, der er knyttet til den-tænkende-substans.

7 **Disse tre er direkte midler i sammenligning med de foregående.**
Disse tre: koncentration (dharana), meditation (dhyana) og meditativ-absorption (samadhi), der under ét går under navnet samyama, kaldes direkte midler til forskel for de fem foregående trin: yama, niyama, asana, pranayama og pratyahara, der kaldes indirekte midler.

8 **Men selv disse er indirekte midler for den sædløse.**
Selv disse tre er ydre eller indirekte midler for den sædløse samadhi, da den kan opnås uden dem (nemlig ved resignation til Isvara).

9 **Under restriktion af dets forstyrrende modifikationer er sindet uløseligt forbundet med restriktionernes modifikation.**
De underbevidste impressioner er ydre aspekter af den tænkende substans, – men da de ikke eksisterer som den forestillede ide, er de ikke tilbagetrængte, når den er. Restriktionens underbevidste impressioner er ligeledes ydre aspekter af den tænkende substans. Disse to modifikationer bytter plads, hvor restriktions-modifikationen fortrænger den anden, og denne periode af restriktion er uløselig forbundet med sindet (den-tænkende-substans). Det er koncentration-uden-bevidst-objekt, men ikke ren samadhi, da de underbevidste impressioner endnu forefindes.

10 **Det stabiliseres ved fortsat øvelse.**
Stadig øvelse vil stabilisere sindet i den restriktive tilstand.

11 **Ved koncentrationens modifikation ophører sindets adspredthed og den tænkende substans ensrettes.**
Da både adspredthed og ensretning er ydre aspekter af den-tænkende-substans, kan det ene deplacere det andet, hvorved den-tænkende-substans ved ophør af adspredthed deplaceret ved ensretning er koncentrationens mutation eller modifikation.

12 **Hvor en foregående ide opfattes i ét med en opstået, er den tænkende substans' modifikation ensrettet.**
Den-tænkende-substans er forbundet med både den foregående og den opståede ide af samme slags, men de opfattes som ét objekt, hvilket vil sige, at fornemmelsen af tid er ophørt.

13 **Således er den trefold transformation med hensyn til elementer og organer i form, tid og intensitet forklaret.**
Således ved den allerede (sutra III, 9) beskrevne mutation (transformation) af den-tænkende-substans i sit ydre aspekt (form) som foregående, nutidige og kommende tids-variation, – og ved restriktionen deplacerende de underbevidste impressioner ved restriktionens, der standser tids-variationernes former, – er formens (det ydre aspekts) mutation af intensitet. Således har substansen en mutation i form, formen en mutation i tids-variation, og tids-variationen en mutation i intensitet. Men da det ydre aspekt i streng forstand er identisk med substansen, er der i virkeligheden kun én mutation, hvilken er en modifikation i konditionen af det foreliggende ydre aspekt med hensyn til fortidig, nutidig og fremtidig tids-form (fænomen). Der er ingen modifikation (forandring) af stoffet. F. eks. er der ved deling af en genstand en forandring (modifikation) i dens kondition (tilstand), men ikke i det stof, den består af. Et ydre aspekt (form) i dets mutation (forandring – overgang) af tids-variationer eksisterer i virkeligheden i alle tre tidsformer, som ikke er adskilte. Dharma er permanent, men ustandselig forandrende sig (muterende). F. eks. vil passion for en given ting på et givet tidspunkt ikke udelukke (gøre ikke-eksisterende) passion for andre ting, der vil fortsætte med at være præsent i den-tænkende-substans, men i en genetisk (u-fænomenal) form. Det samme gør sig gældende med hensyn til de tre tids-former, hvor den tilsyneladende ikke-præsente tids-form ikke er ekstinkt, men genetisk-præsent (skabende-nærværende, potent eller latent). De tre tids-former tilhører ikke substansen, men det ydre aspekt eller formen.

Med hensyn til intensitet kan siges, at en tings funktions-aktivitet determinerer dens specielle tidsform. F. eks. siges den at være fremtidig, når den ikke er aktiv, nuværende, når den er aktiv, og fortidig, når den er ophørt (nemlig med sin funktions-aktivitet). Gunin (substratum – underlag) er permanent, men guna (aspekt) er undergivet forandringer, som er dets natur. På samme måde er dele i arrangement, som er grove elementer (mahabhutas) og har begyndelse og ende, kun ydre aspekter (former) af de uforgængelige subtile (tanmatras). Det opløselige (i primær-stoffet) er kun ydre aspekter af de uforgængelige aspekter (gunas), og har som sådanne begyndelse og ende, og tilknyttet som udtryk – til det er evolveret-form (vikãra). Følgende kan tjene som illustration: 1. Substans-leret passerer fra det ydre aspekt i form af en klump ler ind i et andet ydre aspekt. Og således som et ydre aspekt i mutationen i form af en vandkrukke. 2. Vandkrukke-formen – fortrængende sin kommende tids-variation – antager sin nuværende, – det er tids-variationens mutation. 3. Vandkrukken er hvert øjeblik underkastet ælde og fornyelse (i dele) og passerer således gennem mutationer af intensitet. Således har substansen et andet ydre aspekt, hvilket er intensitet, – og det ydre aspekt en anden tidsvariation, hvilken også er intensitet. Der er derfor kun én (slags) mutation af stoffet. Det samme kan siges om andre ting (det hele). Mutationer af det ydre aspekt og af tidsvariation og af intensitet transcenderer ikke substansen som sådan. Derfor er der kun én slags mutation, hvilken inkluderer alle de beskrevne varianter. Hvad er da en mutation? – Det er opståen af et andet ydre aspekt i et permanent stof, efter at et tidligere ydre aspekt er fortrængt.

14 **Substansen tillemper sig som ydre aspekter transformationer i tidsvariationerne.**

Et ydre aspekt er kun en kraft (evne) ved substansen, begrænset af dens præ-etablerede harmoni (med hensyn til effekter). Og den er kendt som en aktuel eksistens, bestemt af

den slags effekt, den genererer som den ene eller anden form af den enkle substans. Af disse former, er den kaldt nuværende, som passerer gennem tilstanden af dens særlige funktions-aktivitet. Og den er forskellig fra de andre ydre aspekter, både den hvilende (fortid) og den indeterminable (fremtid). Substansen gennemløber i succession disse ydre aspekter, hvadenten manifesterede eller umanifesterede, og har som essens den genetiske og den specielle form, der er præsent i alt, men different fra aspekterne. Og det er denne substans, permanent i alt, men different fra aspekterne, hvilken ved genkendelse af ting, genkendes som deltagende i forandringen af de ydre aspekter.

15 **Successionens mutation er årsag til transformationernes.**
Succession (rækkefølge) er f. eks. ler, vandkrukke, skår. Når et ydre aspekt er umiddelbart-tilstødende et andet, er der kontinuitet.

16 **Ved samyama på den trefold transformation opnår yogien viden om fortid og fremtid.**
Ved samyama, de tre trin af successivt *dharana* (koncentration), *dhyana* (meditation) og *samadhi* (absorption), hvor sindet har opnået den tilstand af absorption, at det identificerer sig med objektet, på den trefold transformation af tids-variationerne, opnår yogien viden om disse. Disse tre tids-variationer er i den tænkende substands (intellekt) identiske med samskaras (underbevidste impressioner), af hvilke nogle er præsent, andre, hvis funktion er ophørt (fortid), genetisk præsent, og igen andre, hvis funktion er kommende (fremtid), også genetisk-præsent. Samyama er altså rettet mod disse samskaras' mutationer.

17 **Ved samyama på distinktionen mellem ord, mening og forestilling, som ellers sammenblandes, opnår yogien viden om alle levende væseners lyde.**
Ordet repræsenterer den ydre årsag gennem lyd, der er en

æterisk vibration, meningen eller objektet er en indre elektro-kemisk nerveimpuls, der via sansen transporteres til hjernen, hvor forestillingen om det præsenterede dannes ved en mental reaktion. De tre trin kaldes indriya, manas og buddhi, og den indre proces under ét antakarana. Herved opstår viden (jnana). Disse tre funktioner, der i sig selv er adskilte, sammenblandes ved identifikation med hverandre grundet på „konventionel brug". Bogstav-lyden og stavelse-lyden, der opfattes særskilt, bindes i den mentale proces sammen i ord, hvis mening forud er givet (ved konventionel brug), hvorved stavelse-lydens essens (med kraft til gennem associations-forbindelse med andre stavelse-lyde at udtrykke alt) går tabt. Distinktionen genopbygger dette forhold og skaber intuitiv forståelse (jnana).

18 **Ved direkte perception af underbevidste impressioner opnår yogien viden om tidligere eksistenser.**
De underbevidste impressioner er af to slags: 1. De, der er årsag til erindring og hindringer (klesah) i form af underbevidste impressioner; 2. og de, der er årsag til ret handling eller urigtig handling (samskaras). Disse underbevidste impressioner dannet i tidligere eksistenser, er umanifesterede ydre aspekter af den tænkende substans. Samyama på disse er tilstrækkeligt for direkte-perception. Og her, som også i andre tilfælde, er der på grundlag af direkte-perception af underbevidste impressioner bevidsthed (samvedana) om andre eksistenser.

19 **Ved samyama på en persons forestillinger opnår yogien viden om hans sind.**
Det vil sige direkte-perception af en persons mentale billeder eller forestillingskreds. Med andre ord tankelæsning eller telepati.

20 **Men ikke samtidig viden om det, på hvilket disse bygger, da det ligger udenfor bevidsthedens område.**

Fordi samyama på en persons forestillinger som objekt har underbevidste impressioner; men det er en andens tænkende substans (forestillinger) og ikke andet.

21 **Ved samyama på legemets form, når det, der ligger til grund for formopfattelse er standset, vil resultatet være adskillelse af lyset og øjets evne til at opfatte det, og yogiens form vil da være usynlig.**
Et legeme har dets essens i de fem (grove) elementer, hvoraf ildelementet repræsenterer farve/lys, der er det, der gør formen synlig. Ved samyama på denne form fortrænges dette element, og formen er usynlig. Det er underforstået, at legemet stadig er tilstede (kan opfattes af de andre sanser). Det samme gør sig gældende med hensyn til de elementer, der opfattes som lyd (æter), følelse v/ berøring (luft) m. f.

22 **Ved samyama på den tofold karma, den præsent-virkende og den kommende, eller på dødstegnene, opnår yogien viden om sin død.**
Den præsent-virkende karma arbejder ved sin funktionsaktivitet; den anden har sine frugter placeret over et længere tidsrum. Ved samyama på de underbevidste impressioner (samskara), der virker, og de, der ligger genetisk-præsente, opnår yogien viden om tidspunktet for sin død. Det samme gælder med hensyn til dødstegnene, af hvilke der er tre slags. 1. Når man med tilstoppede øren ikke længere hører de vitale lyde i ens krop; eller når man med lukkede øjne ikke længere ser det indre lys. 2. Hvis man ser Yamas (dødsgudens) folk, eller uventet ser afdøde. 3. Eller hvis man uventet ser himlen eller siddhas (de fuldkomne).

23 **Ved samyama på venskab og andre følelser opnår yogien følelsesstyrke.**
De andre følelser er medlidenhed og glæde, Med hensyn til indifference-for-det-onde, er det indlysende, at den er kontrær til samyama, og den praktiseres derfor ikke.

24 **Ved samyama på en elefants styrke opnår yogien denne styrke.**
Det samme gør sig gældende med hensyn til andre evner og egenskaber.

25 **Ved samyama på det strålende lys opnår yogien viden om det subtile, det skjulte eller det fjerne.**
Det strålende lys er hjertets, og er knyttet til centralorganet.

26 **Ved samyama på solen opnår yogien viden om de kosmiske rum.**
Af disse kosmiske-rum (bhuvana) er der syv: bhu-loka (jordverdenen), antariksa (instellare rum), mahendra, mahar prãjãtya, jana, tapas og satya. De sidste fem er den femfold himmelverden (svar-loka), og af disse er de tre sidste Brahma-verdener. Hævende sig i serier er seks regioner af det store helvede (mahã-naraka). Herefter syv lavere verdener, hvortil så jorden kommer som nummer otte. De diskarnerede er imidlertid ikke i disse verdener, men er i en tilstand af (midlertidig) frigørelse eller „isolation", en skintilværelse.

27 **Ved samyama på månen opnår yogien viden om stjernernes arrangement.**

28 **Ved samyama på polarstjernen opnår yogien viden om stjernernes bevægelser.**

29 **Ved samyama på navlecentret opnår yogien viden om kroppens konstitution.**

30 **Ved samyama på svælget standser yogien hunger og tørst.**

31 **Ved samyama på kurma-nadi bliver yogien ubevægelig.**
Kurma-nadi (skildpadde-nerven) beliggende i brystet under svælget. En „psykisk nerve", der sikkert er virksom hos de dyr (bjørnen, f. eks.), der „går i hi" og overvintrer i ubevægelig, stivnet tilstand.

32 **Ved samyama på issens lys vil yogien se siddhas.**
Siddhas er de fuldkomne, f. eks. yogier, der har opnået frigørelse. Med hensyn til frigørelse (kaivalya), er der mange veje til den, uden at det nødvendigvis behøver direkte at være Yoga's lære, der har ført til den; men det må fremhæves, at det er de yogiske metoder, der er anvendt i alle tilfælde. Med andre ord er de metoder, der er systematiserede i yogasystemet, dækkende enhver form for selvrealisation og åndelig udvikling med mål i begrebet frigørelse udtrykt ved *kaivalya*. Ligeledes er enhver, der har anvendt disse metoder, og opnået en absolut overbevisning om disse metoder, og sat sig sådant mål for øje, at betegne ved *yogi*. Han er ikke dermed frigjort eller siddha, man han er undervejs. Hvis en yogi desuden som mål har sat sig en frigørelse af alle jivas, da er han som lærer undergivet det bodhisattviske lys, der fremkaldes ved en sådan selv-hengivelse og -forpligtelse. (Bodhisattva „Den, hvis væsen er blevet intelligens“, er i den hierarkiske rækkefølge et trin under Buddha, men det forhindrer ikke en Buddha i at være Bodhisattva, han er da frivillig „nedsteget i kødet“ og er en Avatar).

33 **Eller som et resultat af prātibha vil yogien opnå al viden.**
Prātibha er på sin side resultat af et rent levned i tanke og handling.

34 **Ved samyama på hjertet opnår yogien viden om den tænkende substans.**
Hjerte-lotus'en (anāhata-chakra) er Brahmas sæde og samtidig sæde for centralorganet og den tænkende substans (Chandogya Upanishad VIII, 1, 1).

35 **Skønt selvet og sattva er absolut differente, vil dette ikke være indlysende under oplevelse. Da sattva er objekt for det andet, vil yogien ved samyama på det, der eksisterer ved sig selv, opnå viden om selvet.**
Selvet er intellekt (citi), men andet end sattva, der også er

intellekt, men ikke andet, idet selvet er uberørt af objekter, mens sattva som et aspekt er undergivet mutationer i den tænkende substans. Sattva eksisterer for selvets hensigt og kan betragtes som dettes spejlbillede i den tænkende substans og ikke andet. Ved samyama på denne erkendelse vil yogien opnå viden om purusha eller selvet (Brhad-Aranyaka Upanishad II, 4, 14 og IV, 5, 15).

36 **Som resultat af dette opnår yogien indsigt og supernormal hørelse, følelse, syn, smag og lugt.**
Med „dette" menes samyama på „det", – der-eksisterer-ved-sig-selv" – selvet, og indsigten er prātibha, der opstår ved den-diskriminerende-indsigt, hvor selvet (det rene – uberørte) er adskilt fra objekternes verden, (der er uren – ved det den bevirker ved identifikation med den).

37 **Disse er hindringer for meditationen, selvom de vurderes som tegn.**
Med „disse" menes supernormale-perceptioner, -hørelse m. m., som kun hos begynderen vurderes som „tegn" på fremskridt, og af de, der overhovedet ikke har gjort fremskridt. Men hvor „overnaturlige", de end er, vil de alene ved deres form forhindre den meditative tilstand.

38 **Ved at løse årsagen til trældommen, kan yogien ved sin viden om den tænkende substans' funktion trænge ind i en andens legeme.**
Ved koncentration løses „trældommen", der er forårsaget af karma. Viden-om-den-tænkende-substans'-funktion kommer også ved koncentration. Herved kan yogien fjerne sin bevidsthed fra sit eget legeme og lade den trænge ind i en andens, idet bevidstheden, som er en del af den universelle bevidsthed, er uden anden grænse end den, man selv har sat den ved identifikation med det fysiske legeme. Organerne følger bevidstheden eller den tænkende substans i-imitation, hvorfor man vil kunne høre, se etc. gennem en andens legeme.

Med „funktion“ menes den fremgangsmåde, den tænkende substans følger ved de kommende og gående tanker gennem nadis, som også er kanaler for dem. Ved samyama på disse nadis hos en anden, vil bevidstheden trænge ind i dem.

39 **Ved kontrol over udãna er yogien ikke undergivet adhæsion i vand, sumpe, torne el. lign., og ved død er der opadgående flugt.**
De vitale kræfter under ét kaldet prãna har en femfold aktivitet: 1. prãnaets fluktuationer strækker sig fra næse/mund til hjertet; 2. samãna fra navlen til hjertet og har med distribuering af væsker fra mad og drikke at gøre; 3. apãna fra navlen til fodsålerne og har med udskillelse af urin og fæses at gører; 4. udãna fra næsen (og svælget) og førende opad til toppen af hovedet og har med sekretion at gøre; 5. vyãna gennemtrænger hele kroppen. Prãnaets første form er imidlertid prædominant. Samyama på udãna vil hos yogien bevirke lethed. Organerne har to arter af fluktationer, en indre og en ydre. Den ydre kendes som sansning af kulør og lignende sanseperceptioner. Den indre er liv. Prãna (vitalenergi) er defineret af kommentatoren Vãchaspati-Micra som „kamp-for-liv“ (‚jivanam prãna-dhãrana-prayatna-bhedo samviditac cittasya dharmah‘). Hvis denne kamp-for-liv standses ved standsning af dens ydre fluktuationer (under samyama), vil der ikke alene være lethed af det fysiske legeme, men også (grundet på mangel af lokalitet for denne kamp-for-liv) ved ophør af dette (altså ved død) være opadgående-flugt som flammer. (Brhad-Aranyaka Upanishad IV, 4, 3 og VI, 1, 3, 18; og Chãndogya Upanishad IV, 15, 5–6 og V, 10, 1).

40 **Ved kontrol over samãna vil yogien opnå evne til at radiere lys.**
Ved samyama på samãna vil yogien skabe pulsation af flammer og radiere lys, når han ønsker det. Samãna i manipura-chakra er ild-tattvaet.

41 **Ved samyama på relationen mellem høreorganet og ãkãsa vil yogien opnå evne til supernormal hørelse.**
Øret er som sans (indriya) knyttet til det grove element (mahabhuta), idet de begge er specielle former af guna, mens elementets subtile og generelle form (tanmatra) er lyd. Akãsa er det „rumlige", hvori lyden krystalliserer sig. Det samme er gældende for samyama på relationen mellem andre sanser og de dertil svarende elementer, øjne/ild/syn etc. etc.

42 **Ved samyama på relationen mellem legemet og ãkãsa vil yogien opnå lethed, så han kan passere gennem luften.**
Relationen mellem kroppen og ãkãsa er æterens (ãkãsa's) gennemtrængen det fysiske legeme. Letheden vil medføre, at yogien kan gå på vandet eller at han kan bevæge sig gennem luften. (Egentlig gennem rummet – ãkãsa/æter).

43 **Ved samyama på Den-Store-Diskarnerede vil det, der dækker lyset, svinde.**
Ved fluktuationer af centralorganet uden for legemet vil centralorganet dog stadig have sæde i dette. Hvor det derimod drejer sig om dharana, er centralorganet selv eksterioriseret, – dette er kaldet „Den Store Diskarnerede". Ved samyama på den vil „lyset", den tænkende substans' sattva fortrænge aspekterne rajas og tamas, – og yogiens sind vil være frigjort.

44 **Ved samyama på det grove og dets egenskaber; det subtile og dets forbindende; og på hensigt, opnår yogien kontrol over elementerne.**
De fem elementer kaldet det-grove er specielle, idet de som specielle opfattes som lyd, følsomhed, farve, smag og lugt. Det er deres første form. Deres egenskaber er generelle, og er f. eks. begrænsning i udstrækning, der er en generel form for elementet jord; flydende for vand; varme for ild; bevægelse for luft. Det er den anden form. Alle disse opfattelige ting, som er uadskilleligt forbundet med et „genus praedicabile", skelnes kun ved deres egenskaber (dharma). I dette system er

substans et aggregat (sammensat masse) af den generelle og den specielle form. Det subtile er det, af hvilket de grove elementer opstår. Et atom er subtilt, idet det er et aggregat af begge de foregående former og bestående af en forskellig part, hvilken ikke kan eksistere separat. Det samme gælder for tanmatras. Det er den tredie form. Aspekterne (trigunas) med disposition for skelneevne, aktivitet og inerti er betegnet ved forbindelse, da de er uadskillelige. Det er den fjerde form. Og endelig er hensigten den guna-aspekterne iboende, der vil bevirke oplevelse (ved elementernes evolution), erkendelse (det skelsættende sattva-aspekt) og frigørelse dérved. Det er den femte form.

45 **Som resultat af dette, opnår yogien atomisation og andre siddhis; legemlig fuldkommenhed; og der vil ikke være obstruktion fra disse.**

De otte siddhis er supernormale evner: 1. atomisation, hvor yogien dematerialiserer; 2. levitation, hvor yogien bliver uden tyngde; 3. magnifikation, hvor yogien antager kolossal dimension og tyngde; 4. ekstension, hvor yogien antager enorm udstrækning; 5. non-obstruktion, hvor yogien kan bevæge sig gennem jorden som i vand; 6. mesterskab, hvor yogien har kontrol over elementerne og produkter af elementerne; 7. suverænitet, hvor yogien har kontrol over produktion, absorption og arrangement af disse elementer; 8. determination, hvor yogien har evne til at beslutte ting i overensstemmelse med vilje og ønske. Men yogien vil ikke udøve denne magt, hvor det gælder omstødelse, da tingene er i overensstemmelse med Isvara (-s vilje). Legemlig fuldkommenhed beskrives senere. Og dets (legemets) ydre aspekt vil-ikke-være-undergivet-obstruktion. Jord f. eks., som et element af fast substans med dets begrænsning-i-udstrækning, obstruerer ikke yogiens legemes eller organers aktivitet. For han vil kunne gennemtrænge selv klippe. Vand, som et element af flydende substans, vil ikke kunne gøre ham våd. Ild vil ikke kunne brænde ham. Luft vil ikke kunne bevæge ham. Selv ākāsa, hvis

egenskab er, at det intet dækker, vil kunne hylle yogien som en kappe, så end ikke siddhas (de fuldkomne) kan se ham.

46 **Skønhed, ynde, styrke og hårdhed er legemlig fuldkommenhed.**
Der er her tale om den skønhed m. m., der har indre årsag, og som ydre aspekt har det sunde, naturlige legeme, gennemlyst af ånd. Men desuden uforgængelig hårdhed, der ikke angribes af sygdom eller død.

47 **Ved samyama på den tænkende substans' funktion, egenskaber og personlighedsfølelse, og på forbindelse og hensigt, opnår yogien kontrol over sanseorganerne.**
Sansernes objekt er lyd og andre opfattelige objekter, der eksisterer i både den generelle og specielle form. 1. Opfattelsesprocessen er en fluktuation af organerne refererende til objektet. 2. Egenskaberne er et aggregat uløseligt forbundet i de forskellige dele, som ikke kan eksistere separat; i en generel form f. eks. hørlighed, og i en speciel f. eks. lyd; og tilhørende sattvaet i den tænkende substans. Organet selv er substans. 3. Den tredie form af disse organer er personligheds-substansen med personligheds-følelse som adskillende karakteristik. Organerne er specielle former af denne generelle form. 4. Den fjerde form er aspekterne (trigunas), hvis funktion er determinerende, og hvis disposition er oplysning, aktivitet og inerti, og af hvilken organerne sammen med personligheds-substansen er en mutation. 5. Den femte form, som er uadskillelig knyttet til aspekterne, er hensigten – selvets hensigt, mening og mål. – Samyama er udøvet på den ene efter den anden af disse fem former af organerne, hvilket altså medfører kontrol over disse.

48 **Som resultat af dette, opnår yogien centralorganets hurtighed, aktion af de perceptive instrumenter uafhængigt af legemet, og kontrol over den primære årsag.**
Det faktum, at organerne er instrumenter for perceptionen, selv for de diskarnerede, er beskrevet som aktion-af-de-

perceptive-instrumenter-uafhængigt-af-legemet. Dét er anvendelse af de diskarnerede organer udenfor legemet med hensyn til sted, tid og objekt. Det kan være et hvilket som helst sted, f. eks. i Indien; en hvilken som helst tid, f. eks. i fortiden; og uanset, om objektet er subtilt eller andet. Og som resultat af undertvingelse af organerne følger også kontrol over de evolverende årsager og -virkninger, og over den primære årsag. Det er opnået ved kontrol over de fem former for opfattelse og ikke ved undertvingelse af organerne i almindelighed.

49 **Yogien, der har nået den diskriminerende indsigt i differencen mellem selvet og sattva, vil have magt over alle tilstande af eksistens og vide alt.**
Hvor adskillelse af purusha og intellektet er gennemført, er sattva-aspektet dominant og rajas og tamas (-aspekterne) fortrængte, og en højere bevidsthedstilstand nået. Denne er almægtig (omnipotent), ikke bundet til den enkelte eksistens, men allestedsnærværende (omnipræsent). Det samme er sagt med hensyn til den diskriminerende indsigt, der i sig selv er en højere bevidsthedstilstand, der heller ikke er bundet af grænser, men er alvidende (omniscient). *Yogien er nu omnipotent, omnipræsent og omniscient.* Almægtig, allestedsnærværende og alvidende. Sammenlign her Den Store Diskarnerede (den trancendentale bevidsthed) som værende *altomfattende og altgennemtrængende.* Alt opnået som resultat af nedbrydning af den fysiske illusion.

50 **Som resultat af passionsløshed, selv med hensyn til siddhis, følger destruktion af den onde sæd, og yogien opnår isolation.**
Destruktion-af-den-onde-sæd er tilintetgørelse af det, der bevirker karma. Den brændte sæd kan ikke genere og går sammen med centralorganet til hvile og resolverer i den primære årsag. Sæden er nu brændt og korrelationen ophørt, og yogien har opnået isolation (kaivalya).

51 **Af hensyn til uønskede konsekvenser, skulle yogien ikke være**

stolt af, men passionsløst ignorere – fristelser fra guddommelige væsener.
Når yogiens tænkende substans er renset for rajas- og tamas-aspekterne og sattvaet brænder klart, vil dette tiltrække disse himmelske væsener (devas), der er i en tilstand af skinfrigørelse. Hvis yogien ikke afslår deres indbydelse, vil han komme til at dele skintilværelse med dem, og igen være undergivet karmas trældom.

52 **Ved samyama på de mindste tidsenheder og deres succession, opnår yogien viden opstået ved diskrimination.**
Tid er ikke reel, men er en struktur af den mentale proces, idet tid som rækkefølge (succession) er sammenhæng (kontinuitet) af de mindste tidsenheder. Succession er derfor kaldt tid. Men da to tidsenheder ikke kan optræde samtidig, er der som følge deraf ikke succession mellem to ting, der optræder samtidig. Ved denne diskrimination opstår den omtalte viden.

53 **Som resultat af dette, opnår yogien diskriminerende evne, hvor to ækvivalenter ikke kan skelnes ved art, karakter eller sted.**
Det – rette syn (tattva-jnana) beror på den diskriminerende evne til at adskille to (tilsyneladende ligegældende) ækvivalenter. Normalt vil distinktionen mellem arter være nok som kilde til viden; eller karakter, hvis arten er den samme (ækvivalent); eller stedet, hvor arten og karakteren er ækvivalente. Men her er det altså tale om skelneevne, hvor samtlige forhold er ækvivalente, idet en ting kan være af samme art og karakter som en anden, og ydermere kan have byttet plads; som f. eks. to frugter, der som art kan være æbler, have samme karakter af form og farve, og være ombyttet. Som-resultat-af-dette er diskriminerende evne ved samyama-på-tidsenheder-og-deres-succession. Hvorledes kan den bevirke skelneevne i nævnte situation? Svaret er: stedet (det er objektets plads i rummet) er begrænset til en tidsenhed, der er det egent; eller: stedet er samtidigt (samtræffende)

med objektet. Og dét er distinkt fra et andet objekts sted. Objekterne er derfor indbyrdes distinkte, hvis de bytter plads, da det er tidsenhedens-mutation-af-stedet, der adskiller det fra et andet sted. Det er denne tidsenhed, der opfattes ved samyama. Men det er passagen gennem en tidsenhed, der tilhører et andet sted, der er årsag til distinktionen mellem de to.

54 **Viden opstået ved diskrimination har alle ting som objekt, og alle tider som objekt, men er uden succession.**
Hermed menes, at denne viden er altomfattende både med hensyn til ting og tid. Denne (inuitive) viden har samtlige fortidige eksistenser som kilde og inddrager helheden og evigheden i sin opfattelse. Der vil ikke være tale om anden viden, for der er ingen anden. For selvkoncentration-med-bevidst-objekt er en del af denne intuitive viden. For – som det siges –: selv Yogas Lampe er en del af den. Yogas Lampe er koncentration-med-bevidst-objekt. Den ender med den sandhedsbærende-indsigt-*atma-tattvam.*

55 **Kaivalya er nået, når sattva er rent som atman.**
Kaivalya (isolation) er nået, når sattvaet af den tænkende substans er renset for rajas og tamas, og sattvaet lysende klart kun diskriminerer differencen mellem selvet og sattva; og hvor den sidste hindring indenfor detselv er opbrændt, hvorved dets tilstand er ens med selvet. Nu er den tilstand ophørt, hvor oplevelsen misforstået tilskrives selvet. Her er det uanset, om den (intuitive) viden er opstået ved diskrimination, det vil sige ved erkendelse, eller ved Isvara (resignation-eller-hengivelse-til-Isvara). For hos én, hvis hindringer er opbrændt, kræves der ikke supernormal magt. Aspekternes (trigunas') arbejde er nu fuldført, de har tjent deres hensigt, de optræder ikke mere som bevidst-objekt. Selvet har dets lys-i-sigselv – det er selvets isolation eller frigørelse – kaivalya!

Hermed ender tredie bog af Patañjali's Yoga Sutras,
– omhandlende de psykiske kræfter – vibhuti.

IV BOG

ISOLATION

– ELLER KÃIVALYA

I, II og III bog af Yoga Sutras beskrev koncentration, midlerne dertil og de psykiske kræfter frembragt derved. IV bog beskriver den isolation eller frigørelse, der også er resultat af koncentrationen: –

1 **Psykiske evner er erhvervet ved fødsel, kemiske midler, mantras, askese eller koncentration.**
1. ved fødsel vil sige erhvervet i tidligere eksistens; 2. – ved kemiske midler ... alkymiske ekstrakter; 3. – ved mantras ... besværgelser eller påkaldelse; 4. – ved askese ... viljens form; 5. – ved koncentration er tidligere forklaret (III, 16–19; III, 21–36; III, 39–42 og 51).

2 **Transformation til anden eksistens er resultatet af den evolerende årsag.**
Årsag til mutation til en anden (fysisk) eksistens ved fødsel, er den evolerende-årsags virksomhed. Legemets evolerende-årsag er jord og de andre grove elementer; og den evolerende-årsag til organerne er personligheds-substansen. Virksomhed af disse skaber den nye eksistens.

3 **Den instrumentale årsag giver ikke impuls til naturens transformationer, men nedbryder obstruktionen for disses frie løb, som når en bonde kultiverer sin mark.**
Den instrumentale (virksomme) årsag, såsom dyd, fortjeneste eller gode handlinger, kan ikke være årsag til de evolverende-årsager (naturen – prakriti), da en årsag ikke kan aktiveres ved en effekt. Men som en agerbruger nedbryder en dæmning og derved indirekte forårsager, at hans marker vandes, idet obstruktionen (dæmningen) fjernes og den evolerende natur (vandet) derved får sit frie løb, der er det iboende (ved gravitation og dets generelle form som element – flydende). Eller hvor ukrudt fjernes fra planten, og den så ved egen kraft (evolerende natur) gror. Således er fortjeneste m. m. en instrumental-årsag, der i-sig-selv er standsning af mangel

(på fortjeneste), på grund af den absolutte opposition mellem det rene og det urene. Den er ikke årsag til evolerende natur, der er alle (alt) iboende, og indebærer det fuldkomne eller rene. Synderen er den kommende (potentielle) helgen, når obstruktionerne er nedbrudte.

4 **Den individuelle tænkende-substans er alene opstået af personlighedsfølelse.**
Spørgsmålet er, når yogien skaber sig mange legemer (de gentagne eksistenser, der er betinget af karma), har de da ét central-organ eller mange? – Svaret er, at egoet (personligheds-følelse) er årsag til det individuelle og skabte central-organ, der er knyttet til hvert legeme.

5 **Skønt der er mange centralorganer i deres varierende aktivitet, – den tænkende substans, der gennemtrænger og dirigerer dem alle, er én.**
Een tænkende-substans gennemtrænger og dirigerer samtlige sind eller centralorganer, hvoraf hver eksistens eller hvert legeme har ét, og både legemet og dets centralorgan er „skabt" af yogien selv. Sindet er substantielt som alt i makrokosmos. Det er ikke sådant, at sindet er ét og stoffet noget andet; men de er forskellige eksistenser af samme ting. Asmitã, egoisme er materialet, af hvis subtile tilstand både sindet og legemet er gjort. „Yogisvara gør legemerne énfold eller mangefold og opløser dem igen." (Vãyu Purãna, LXVI).

6 **Af de forskellige sindstilstande, den, frembragt ved meditation, skaber ikke karma.**
Sutra IV, 1 omtalte fem metoder for erhvervelse af psykiske evner: Ved fødsel, alkymisk, mantrisk, asketisk og koncentrativt. Af disse er den koncentrative (meditation) uden karmiske konsekvenser, idet tilstanden ikke skaber karmiske latent-depositer, der indeholder underbevidste impressioner. De andre metoder skaber sådanne.

7 **Yogiens karma er hverken hvid eller sort; andres er af tre slags.** Der siges at være fire slags karma: 1. Den sorte af ignorance; 2. den sort/hvide fra karmiske latent-depositer, skabt ved handlinger, der skader eller gavner andre; 3. den hvide hos de, der udøver askese og spirituelle (religiøse) studier og meditation. Den art karma er ikke afhængig af ydre midler og er knyttet til central-organet alene. 4. Og endelig den, der egentlig er ikke-karma, idet den er hverken sort eller hvid. Det er yogiens, der er sannyãsin (munk – eller tilsvarende yogi), og hvis hindringer er bortryddet. Hans karma alene er ikke-sort, da han intet begær har; og ikke-hvid, da han har givet afkald på alt (sannyãsãt), selv på frugten af gode handlinger. Andre derimod har de tre slags karma.

8 **Fra disse manifesterer kun de underbevidste impressioner, som korresponderer med sin slags karma, og som er modnet.** De underbevidste impressioner (samskara), der opstår af karmiske latent-depositer, med hvilke de er identiske på samme måde som formen er identisk med matricen, i hvilken den er støbt, vil bevirke dispositioner, inklination, talenter eller begær, der herved betinger karmas „frugt". Den-slags vil betinge succession (rækkefølge) eller tidspunktet, på hvilket den fænomenaliserer.

9 **Der er en kontinuerlig relation mellem underbevidste impressioner, skønt separate med hensyn til art, sted og tid, da erindring er identisk med underbevidste impressioner.** Der er en uafbrudt (kausal) succession på de underbevidste impressioner med hensyn til deres frugt. De rejser sig på bevidsthedens (dagsbevidst) overflade som erindring ved hjælp af deres fænomenaliserede-kondition. Erfaring danner disse impressioner; impressioner genkaldt er erindring. Med andre ord er erindring underbevidst koordination af tidligere erfaringer, reduceret til impressioner, med nuværende (dagsbevidst) bevidst funktion.

10 **De er uden begyndelse, da begær efter tilværelse er uden begyndelse.**
Disse underbevidste-impressioner er uden-begyndelse, vi kan se i tid, da begæret efter tilværelse – eller rettere: måtte-jeg-aldrig-ophøre-at-være, – er permanent og uden-begyndelse. Og der spørges: hvor kunne dødsangsten – denne angst for ophør af tilværelse – opstå i et dyr – eller et menneske – der lige er kommet ind i livet, hvis ikke i erindring om tidligere erfaring?

11 **De er forbundet i årsag og virkning, mental-substrat og stimuli.**
Med hensyn til årsag: Fra ret-handling opstår glæde; fra uret-handling smerte; fra glæde passion; fra smerte aversion; fra begge disse disharmoni. Virkningen er operativ i overensstemmelse med årsagens motiv. Central-organet er mental-substratet, af hvilket de underbevidste impressioner opstår, – indtil organets virksomhed slutter i kaivalya. Stimulus er det objekt, der aktiviserer de underbevidste impressioner. Hvis disse fire ophører, vil de underbevidste impressioner også ophøre.

12 **Fortid og fremtid, som sådanne, eksisterer; for de forskellige tidsformer tilhører ydre aspekter.**
Fortiden er den (individuelle) fænomenaliserede form, der er oplevet; og fremtiden den, der endnu ikke er fænomenaliseret; og endelig er nutiden den, som passerer gennem sin funktions-aktivitet. Men fortiden og fremtiden eksisterer ikke som nutiden i materiel form; da denne er passeret ind i en speciel-fænomenaliseret form.

13 **Disse er fænomenaliserede eller subtile og af aspekternes natur.**
Disse tre tidsformer er enten subtile, hvor de har været fænomen (fortiden), eller hvor de endnu ikke har været det (fremtiden); eller endelig fænomenaliseret, hvor deres funktion er aktiveret (nutiden); og er som den hele synlige verden (univers) sammensat af aspekterne (trigunas).

14 **Grundet på aspekternes koordination er tingene forbundet.**
Aspekterne (trigunas), skønt mange, har kun én mutation. Som følge heraf har hvert af de subtile elementer (tanmatras), og de grove elementer (mahabhutas) og deres produkter en sådan ensretning. F. eks. en lyd, et objekt, en sans (sanse-organ).

15 **Skønt objektet forbliver det samme, er den tænkende-substans forskellig, hvorfor de er på et distinkt eksistens-niveau.**
Når den tænkende-substans er i relation til ret-handling, udtrykker tankerne glæde; når i relation til uret-handling, smerte, skønt objektet er det samme. Når i relation til udifferentieret-bevidsthed, er der forblindelse; når i relation til absolut-indsigt, er der fra samme objekt detachement (adskillelse). Følgelig er objektet og tankerne distinkte på grund af forskellighed, idet objektet er objekt-for-opfattelse og tanken proces-af-opfattelse og er på et distinkt eksistens-niveau. Men da alle ting (objekter) har de tre aspekter (trigunas), og disses vekslen er ustabil, opstår der en relation mellem dem og den tænkende-substans (med hensyn til ovennævnte); og de bliver da under den ene eller anden form årsag til opståede idéer, som de rejser sig på bevidsthedens overflade, – korresponderende (i kvalitet) med den virksomme (besluttende) årsag.

16 **Objektet er uafhængigt af den enkelte tænkende-substands, – for hvor ville det ellers eksistere, når det ikke opfattes af denne?**
Objektet er ikke afhængigt af den tænkende-substans, da det da ville være uberørt af denne. Og hvis ikke opfattet af denne, hvorledes ville det da fremstå igen i relation til den tænkende-substans? Følgeligt er objektet uafhængigt og fælles for alle (selv'er). Og hver tænkende-substans forskellig for hvert selv. Som resultat af relationen mellem de to (objektet og den tænkende-substans), er selvets oplevelse og erfaring.

17 **Objektet er opfattet eller ikke-opfattet i kraft af, om det påvirker eller ikke-påvirker den tænkende-substans.**
Sanse-objekter binder dem selv til den tænkende-substans, som jernet til magneten. Det, der påvirker den tænkende-substans, erfares. Men selvet, der er andet-end-det, opfattes ikke. Mutationen foregår i den tændende-substans, fordi objektets natur er sommetider-opfattet og sommetider-ikke-opfattet.

18 **Den tænkende-substans' fluktuationer er altid opfattet af selvet, da det ikke er undergivet mutation.**
Universet er både mentalt og materielt, – og i stadig bevægelse. Men denne bevægelse kan kun opfattes af noget, der ikke er i bevægelse. Da det mentale (den tænkende-substans) også er i bevægelse, er det det-der-står-bag den – selvet, der opfatter.

19 **Central-organet er ikke selv-luminøst, da det selv er objekt.**
På samme måde som sanse-organerne og sanse-objekter ikke er selv-luminøse, da de er objekter-for-opfattelse, således er også central-organet (som den tændende-substans) objekt-for-selvet, og ikke selv-luminøst, som kun selvet er. Lige så lidt som lyset oplyser sig selv, – det, der var, før det blev lyst.

20 **Og der kan ikke være opfattelse af begge på samme tid.**
Central-organet kan ikke opfatte både sig selv og objektet på samme tid. Selvet derimod kan, derfor er det selv-luminøst, selv-oplyst.

21 **Hvis ét central-organ var objekt for et andet, ville der være en uendelig regression fra én tænkende-substans til en anden, såvelsom konfusion af erindring.**
Hermed menes, at én tænkende-substans, f. eks. fortidig, kan ikke være objekt for en anden, f. eks. nutidig, – for hvilken af dem ville være den opfattende? Fordi dette ville blive opfattet af den anden igen, og derved skabe en uendelig tilbagevenden (regression), og ydermere konfusion af erindring.

22 **Intel
tænk
ved**
For
forer
subs
hvor
mån
ikke
(ved
er b
den

23 **Cen
opfa**
For
det s
dets
derf
for-
cent
dete
sids

24 **Dett
und
det**
Det
erke
en k
fung
hens

25 **For
spel**
Efte

22 **Intellektet, hvilket ikke forenes med objektet, er sig sin tænkende-substans bevidst, når det antager form af denne ved reflektion.**
For opleverens intellekt, som er uforanderligt, og hvilket ikke forenes med objektet, synes at forene sig med den tænkende-substans' fluktuationer, og antager den form, disse undergår, hvorfor det identificeres med disse. På samme måde som månens reflektion på vandet synes i bevægelse, skønt månen ikke er. Og på samme måde som Brahman er skjult i sindet (ved den blotte forestilling), vil han (det), når obstruktionerne er bortryddede og „skjulestedet" oplyst, selv-luminøst ses af den yogi, der har nået sin sidste legemlige eksistens.

23 **Central-organet, påvirket af både opfatteren og objektet-for-opfattelse, fører til perception af alle påtænkte objekter.**
For central-organet er påvirket af objektet-for-meditation, og det selv, på grund af dets objektivitet, forbundet ved en af dets fluktuationer med subjektet, med selvet også. Og det er derfor på samme tid påvirket af både opfatteren og objektet-for-opfattelse (men i virkeligheden kun objekt). Derfor kan central-organet både opfatte objektet, skønt det er selvet, der determinerer, og selvet, idet det antager selvets form, – hvilket sidste er koncentreret-indsigt, hvor selvet er objekt-for-indsigt.

24 **Dette central-organ, endskønt fluktueret af talløse underbevidste impressioner, eksisterer for anden hensigt, fordi det virker ved kombination.**
Det eksisterer for-anden-hensigt, som er selvets, og er erkendelse og frigørelse, og ikke for egen hensigt. Og det er en kombination af mange forskellige ting, hvorfor det ikke kan fungere for det selv (ved egen kraft). Selvet er det, der til hensigt har oplevelse, erkendelse og frigørelse.

25 **For diskrimination mellem sindet og selvet bringer spekulationer om væren til ophør.**
Efter at doktrinen om selvet, som baseret på ræsonnement,

hvilket er isolationens primære udspring, er fremsat, skelnes der mellem den, der diskriminerer mellem sindet (den tænkende substans' sattva-aspekt) og selvet (atman), – og den, der ikke kan. Det er den tænkende-substans i sindet, der undergår mutationer fra udifferentieret bevidsthedstilstand (avidya – ikke-skelnende) til differentieret (vidya – skelnende), – hvilket medfører ophør-af-spekulationer-om-væren eller isolation.

26 **Da er den tænkende-substans hævet til diskrimination, og til isolation.**
Den tænkende-substans, der før var knyttet til sanse-objekter, helt ned til det ikke-tænkende dyb af avidya (udifferentieret-bevidsthedstilstand), er nu ved den diskriminerende-indsigt løftet til den højde, hvor den ser tingene-som-de-virkelig-er (tattva). Sløret falder og selvet (atman) ses som et vidne, – og den tænkende-substans' sidste arbejde, at se sig selv ved sattva-aspektet adskilt fra selvet, er tilendebragt, – og dens funktion ophører. – Kaivalya – isolationen er nået!

27 **I intervaller af den tænkende-substans opstår der idéer, kommende fra underbevidste-impressioner.**
I mellemrum af den tænkende-substans, på dens diskriminerende vej mod absolut erkendelse og isolation, opstår der idéer fra underbevidste-impressioner, som er direkte obstruktioner for frigørelsen. F. eks. jeg-er, det-er-mit, jeg-tænker eller jeg-tænker-ikke. Med opståede idéer menes tanker præsenteret selvet. Det er den tænkende-substans' sattva-aspekt, der diskriminerer. De underbevidste-impressioner (samskaras) er sæd fra fortidige underbevidste-impressioner eller karma.

28 **Destruktion af disse er som beskrevet i destruktion af hindringer.**
Som-beskrevet (sutra II, 10–12). Hindringer i kondition af brændt-sæd kan ikke forplante sig (smlgn. II, 4–13). Således også med hensyn til fortidige underbevidste-impressioner, når

de i kondition af sæd er forbrændt ved (intuitiv) tænkning. De generérer ikke opståede idéer. Det nye sæt af diskriminerende-underbevidste-impressioner, fortrænges tilsidst af restriktive-underbevidste-impressioner, der er objektløse, hvorfor de ikke kan generére.
Imidlertid fortsætter den intuitive indsigts underbevidste-impressioner, indtil den tænkende-substans' arbejde er fuldført og den resolverer i den primære årsag (pradhãna).

29 **For den, der opgiver selv frugten af elevation, følger der som resultat af diskriminerende-indsigt dharma-megha samadhi.**
Elevationen (prasamkhyãna) er midlet til de restriktive underbevidste-impressioner. Og midlet til restriktion af elevationen er givet i denne sutra. Resultatet er – efter diskriminerende-indsigt – dharma megha, den særlige samadhi-tilstand, der er kaldt „Tingenes Regnsky".

30 **Da følger ophør af hindringer og af karma.**
Efter denne samadhi (dharma-megha) er udifferentieret-bevidsthed og de andre hindringer bortryddede. Også karmas latent-depositer er destruerede. Hermed er yogien frigjort – selv i levende live! Hvorfor? Fordi misforståelser er årsag til verden. Hvor der ingen årsag er, er der heller ingen virkning! For, som Aksapãda siger: Hvor der ingen passion er, vil der heller ikke være fødsel!

31 **Derfor, da den viden er endeløs, fra hvilken obstruktionerne er eliminerede, – det, der endnu kan erfares, er minimalt.**
Da den viden, fra hvilken mørket (obstruktionerne, som er hindringer og karma i form af underbevidste-impressioner) er hævet, er endeløs, er der i den forstand ikke tale om erhvervelse af viden, som er der, når obstruktionerne er fjernede (smlgn. IV, 3). Den tænkende-substans' sattva-aspekt har fortrængt rajas og tamas, som i denne forbindelse er identisk med distraktion og mørke, og sattva-aspektet som lys er altgennemtrængende og endeløst.

32 **Når som resultat af dette, aspekterne har fuldbyrdet deres hensigt, ophører denne successive transformationer.**
Og som resultat af dharma-megha-samadhi ophører aspekternes tidsmæssige transformationer. For disse aspekter (trigunas) har nu fuldført deres hensigt, som var oplevelse/erkendelse for endelig frigørelse og realisation af selvet – og har nu ikke evne til at bie blot et øjeblik mere.

33 **Det positive korrelat til øjeblikket, som er opstået ved enden af en mutation, er succession.**
Her defineres successionen ved det-positive-korrelat (-modstykke) til øjeblikket, som det, der opfattes ved slutningen af en serie af øjeblikke. Den kontinuerlige række af øjeblikke skaber med andre ord opfattelse af tid, hvor mutationen har nået sin endelige grænse, hvorfor opfattelse altid bygger på erindring. Det er også evident, at der er sekvens (rækkefølge) i permanente ting. Der er endvidere to slags permanens, den absolut uforanderlige og den muterende. Af disse er selvets uforanderlig og aspekternes muterende.

34 **Kaivalya er den inverse generation af aspekterne, som ikke længere er udrustet med selvets hensigt, eller det er intellektet hvilende i sig-selv.**
Når aspekterne (trigunas), hvis væsen er årsag og virkning, er omvendt generéret (inverse-generation), – nu da selvets (atmans) hensigt i oplevelse-erkendelse-frigørelse er fuldført, og der således ikke mere foreligger nogen hensigt, – er der isolation – kaivalya!

Hermed ender de mnemoniske regler, kaldet Yoga Sutras, af Patañjali, – den ældgamle hindu doktrin om sindets koncentration.

OVERSIGT

ANALYTISK

GRUPPE-RESUMÉ

I bog: Koncentration ... eller samãdhi.

1–4: Koncentrationens mål er restriktion af fluktuationerne.
5–11: Former af den tænkende substans' fluktuationer.
12–16: Metoder for restriktioner af disse fluktuationer.
17–18: Former af koncentration.
19–23: Grader for opnåelse af koncentration.
24–28: Analyse af det højeste Selv.
29–34: Hindringer for stabilisering af den tænkende substans.
35–39: Opnåelse af stabilitet.
40–47: Herredømme og koncentration.
48–51: Absolut indsigt.

II bog: Midlerne til opnåelse ... eller sãdhana.

1–11: Metoder for svækkelse af hindringerne.
12–14: Karma.
15: Alt er lidelse.
16: Der er mulighed for undgåelse.
17–24: Årsag til lidelse.
25: Undgåelsen.
26–27: Midler til undgåelse.
28–29: Otte midler i Yoga. Yogangaer.
30–31: Første indirekte middel: 1. Yama – fem abstinenser.
32: Andet indirekte middel: 2. Niyama – fem observanser.
33–45: Resultatet af abstinens og observans.
46–48: Tredie indirekte middel: 3. Asana – positurer.
49–52: Fjerde indirekte middel: 4. Prãnãyãma – åndedrætskontrol.
53–55: Femte indirekte middel: 5. Pratyãhãra – sanseisolation.

III bog: Psykiske kræfter ... eller vibhuti.

1: Første direkte middel: 6. Dhãrana – koncentration.
2: Andet direkte middel: 7. Dhyãna – meditation.
3: Tredie direkte middel: 8. Samãdhi – absorption.
4–10: Sædløs koncentration.

11–15: Mutationer af substanser.
16–52: Anvendelse af kontrol over de forskellige mutationer.
53–55: Koncentrationens kulmination – isolation.

IV bog: Isolation . . . eller kãivalya.
1–13: Substans og underbevidsthed.
14–23: Angående ideation.
24–34: Fuldstændig realisation af Selvet – kãivalya.

ORDLISTE

KORTFATTET LISTE OVER
DE VIGTIGSTE SANSKRITORD M. M.

ahamkāra / ego'et, individuelt princip, personlighedssubstans.
ahimsā / ikke-skade, en af de fem yamas, s. II, 29–31.
ākāsa / æter, primær-rum (det femte element), det immaterielle stof der udgør det lufttomme rum i universet såvel som mellem atomerne.
āsana / yoga-stilling, i forb. m. sutras: meditationspositur (efter den opr. bet. sædestilling).
ātmā(n) / selvet, monade, bevidsthedsenhed(-ens højeste spirituelle princip).
avidyā / uvidenhed (relativ viden), udifferentieret bevidsthed.
bhakti-yoga / yoga udøvet gennem følelserne (hengivelse).
buddhi / intellektet, besluttende organ, atman's vehikel's determinerende faktor, (afledt af sanskrit-roden: budh-, smlgn. Buddha „Den oplyste" (ved egen erkendelse) og Boddhisattva „Den hvis væsen er intelligens af spirituelt lys" (medfødt)).
chakras / psykiske (cerebrospinale) nervecentre i kroppen.
chitta, citta / centralorganet, den tænkende substans, sindet (som atman's vehikel) under ét omfattende: buddhi, Manas, ahamkāra, manas, icchā og indriyas, s. d.
chela / elev hos en yogi.
devas / „de strålende", „guder", tidsbestemt illusoriske frigjorte.
dhāranā / koncentration, s. III, 1.
dharma / „lov", en tings sande objektive tilstand, dens egen-lov-mæssige fremtoning, relativitetsfri – afskrællet for nogensomhelst's (subjektive) opfattelse af dens (illusoriske) form, (Kant betegnede det numenon til forskel fra fænomen); – anv. også i udvidet bet. som et sammenfattende ord for lov.
dharma-megha / højere tilstand af (bevidst) passionsløshed.
dhyāna / meditation, (dyb trancendental kontemplation), forsk. form s. I, 42–44. (Dhyān- blev afledt over tibetansk-kinesisk: ch'an – til japansk: zen, smlgn. zen-buddhisme).
guna / „fiber" (i universets opbygning), enhver af stoffets tre konstituenter el. kvaliteter, tilsammen trigunas, s. d.
guru / spirituel lærer (jfr. yogi); af sanskrit: gur – at opløfte.
hatha-yoga / yoga til herredømme over legemet og dets åndedræt gennem udøvelse af yoga's fysiologiske discipliner,

idet denne legemsbeherskelse har til formål at fremme meditationen; smlgn. rãja-yoga. (Opr. bet. „ha" sol og „tha" måne – refererende til det varme og kolde åndedræt gennem hhv. højre og venstre næsebor).
icchã / viljen.
indrajãla / vildfarelse.
indriyas / sanser, (de sensoriske: jñãnendriyas og de motoriske: karmendriyas).
Ĩsvara / yogaudøverens el. yogi'ens personlige gud(s-begreb), et kollektivt bevidsthedsstade.
jiva / liv.
jivãtmãn / enkelt-liv el. -eksistens, individuelt bevidsthedsstade.
jñãna-yoga / yoga udøvet gennem erkendelse. (Jñãna er afledt af samme rod som dhyãna: erkendelse bl. a. ved meditation).
kãivalya / endelig og absolut frigørelse (med isolation af selvet, hvorved det da hviler i sigselv) – som følge af den sidste og højeste samãdhi-tilstand (s. d. og u. yoga).
karma / determineret „skæbne" disponeret udfra årsag i al handling (også ikke-handling er handling), – „balance" iflg. loven om årsag/virkning, kausalitets-princippet, s. II, 12–14.
karma-yoga / yoga udøvet gennem handling.
klesah / hindringer (f. eks. udifferentieret bevidsthed).
kumbhaka / tilbageholdelse af puraka og rechaka hhv. ind- og udånding, (vedr. hensigt s. kommt. I, 31 og 34).
kundalini / latent spirituel kraft, vigtig psykisk nerveenergi som vækkes gennem yoga.
mahãbhutas / de grove elementer, s. kommt. I, 17 og II, 18–19; (Shãmkhya-filosofien opfatter alt undtagen purusha som former for materie – bestående af 24 grader af forbundne stoflige elementer el. objekter, ikke blot de grove og synlige, men også tanmatras: de fin-substantielle og usynlige f. eks. sindet).
mahat(-tattva) / universel el. kosmisk intelligens, tilhørende primær-stoffet.
Manas / supra-sind, buddhi's vehikel's opfattende organ i kosmisk betydning.
manas / lavere sind, det højere Mana's vehikel's opfattende

organ i lavere fysiologisk betydning f. eks. sansebevidsthed.
mantra / kraft-ord, akkumulerer spirituel energi (ved stadig repetition).
maya / illusion, egenskab af forvandling ved alt begrænset og endeligt (også begreber) – ved alt manifesteret (smlgn. dhãrma).
moksha / forløsning, udfrielse fra karma's lov og dermed fra reinkarnationens cyklus.
nãdi / psykisk nerve-„kanal".
niyama / observans, en af de otte yogangas, s. d.
om / (vigtigste) mantra, primær-vibration udspændende over al lyd som en uendelig og stadig vibratorisk „bærebølge" af universel energi, sanskrit-tegn: ॐ (udtales a-u-m), s. I, 27–29.
omkãra / mantra'et *om*, s. d.
parãtmãn / over-selvet, spirituel princip på én gang individuelt og universelt.
prãna / totalitær energiform, vital-kraften, princip-for-liv.
prãnava / mantra'et *om*, s. d.
prãnãyãma / åndedrætskontrol, (prãna-standsning).
prakrti, prakriti / udaf det opr. mula-prakrti, kosmisk substans (naturen) i hvilende tilstand (pradhana), tilhørende primær-stoffet, men manifesterer gennem trigunas s. d.!
pratyãhãra / sanseisolation, en af de otte yogangas, s. d.
puraka / indånding, jfr. rechaka og kumbhaka.
purusha / ren universel ånd (modsat al materie, stof, – prakrti).
rajas / en guna af kvalitetens handling (med dennes inderste og obligatoriske forudsætning af ønske efter udbyttet el. resultatet), fremtrædende i energi, bevægelse, initiativ, aktion, begær, magtbrynde m. m.
rãja-yoga / yoga til opnåelse af diskriminerende indsigt gennem spirituel udvikling, bet. „Den kongelige (vej til) forening" el „Den beherskende forbindelse"; (smlgn. hatha-yoga – uden dog at yoga-klassifikationernes områder er skarpt adskilte).
rechaka / udånding, jfr. puraka og kumbhaka.
sãdhana / praksis, (udførelse til) „opnåelse".
samãdhi / selvrealisationsprocessens meditative absorbtion til opnåelse af kãivalya (s. d.), forsk. form. s. I, 46 og III, 3.

sãmkhya / en af de seks dharsanas (s. forord), hinduistisk filosofi-retning med tilknytning til yoga.
samsãrã / eksistensens cyklus.
samskãras / underbevidste impressioner, latent-depositter.
samyama / anvendelse i sammenhæng af dhãranã, dhyãna og samãdhi, s. d.
sannyasin / „en der har givet afkald", munk der praktiserer yoga.
sattva / en guna af kvaliteten lys, intelligens, el. ånd, fremtrædende i (ånds-)bevidsthed, fornuft, godhed, spiritualitet, helse.
siddhas / „de fuldkomne", yogi'er nået til et fuldkomment stade.
siddhis / supernormale evner.
tamas / en guna af kvaliteten materie (med dennes indhold og forudsætning af inerti), fremtrædende i stoflighed, tyngde, ignorance, mørke, sygdom m. m.
tanmãtras / de subtile elementer el. objekter; jfr. mahãbhutas.
tattva / (indre,) spirituelt lys.
trigunas / stoffets tre konstituenter el. kvaliteter: tama, rajas og sattva, s. d.; primær-årsag og prakrti's egentlige „substans" der under presset af karma bevæges (ud af balance ved en af guna'ernes dominans) til egentlig manifestation under ét som h.h.v: masse, energi og lys/intelligens (el. obstruktion, aktion og ekspansion) – der er betingelse for tilstedeværelsen af stoffets bestanddele: tanmãtras og mahãbhutas (s. d.), s. II, 18–19.
vibhuti / psykiske kræfter.
vidyã / viden i bet. differentieret bevidsthed.
vrttis, vrittis / sindets fluktuationer (tanke- og følelses-bølger).
yoga / sammenfattende filosofi vedr. alle former for opnåelse af kontrol over sindets fluktuationer (chitta'ets vrttis), og hvor dette er etableret, da vil – idet yoga netop betyder forening – selvet (ãtmãn med dets spirituelle faktor purusha) være hvilende i sig selv (samãdhi) og ved denne isolation tilsidst udvirke frigørelse (kãivalya), der udfrier (moksha). (Yoga er udledt af sanskrit-roden yuj: at forene, samt (forbinde som) et åg).
yogangas / yoga's otte, successive trin til udvikling af den diskriminerende indsigt, s. II, 28 og 29.

yogi(n) / e
anvender y
med frigør
yama / ab

ANDRE
Oversættel
fra den (ir
forekomm
autorisere
eller overl
hensigtsm

deplacem
deposit /
diskarner
generatio
inverse /
modifika
men også
mutation
forandrin
propagat
resolvere
vehikel /

(Red. a
samt fo
senere t
oversæt

yogi(n) / en der med overbevisning (og efter visse resultater) anvender yoga's systematiske metoder for selvrealisation og med frigørelse som mål. (Yogini: en kvindelig yogi).
yama / abstinens, en af de otte yogangas, s. d.

ANDRE ORD

Oversættelsen benytter enkelte vanskeligt tilgængelige udtryk fra den (internationale) filosofiske terminologi. Da det kan forekomme, at disse få udtryk ikke findes i almindelige, autoriserede ordbøger i den i oversættelsen anvendte betydning eller overhovedet ikke findes opført, – er det derfor fundet hensigtsmæssigt at tilføje dem her:

deplacement / fortrængning, sætte i stedet for.
deposit / aflejring.
diskarneret / ulegemlig.
generation / (slægtled, men også:) frembringelse, udvikling.
inverse / modsat, omvendt.
modifikation / (neddæmpning, indskrænkning el. afsvækkelse, men også:) omdannelse, tillempning efter det foreliggende.
mutation / (springvis forandring i arveanlæg, men også:) forandring el. overgang.
propagation / (udbredelse, men også:) forplantning, formering.
resolvere / (beslutte, men også:) opløse.
vehikel / (befordringsmiddel, men også:) udtryks-„middel".

(Red. anm.: Oversætteren bærer intet ansvar for ordlisterne samt for evt. ukorrektheder heri; – tilsammen udgør de en senere tilføjelse, men er dog udarbejdet direkte på grundlag af oversætterens fordanskede sutra-tekst).